

لاہور

ماہنامہ عبقری®

اگست 2007ء، بمطابق رجب 1428 ہجری

باذوق مردوں اور باوقار خواتین کے لئے جسے بچہ بھی پڑھ سکتے ہیں۔

14

ناممکن روحانی مشکلات اور لاعلاج جسمانی بیماریاں

آزمودہ اور یقینی علاج کے لئے ماہنامہ عبقری سے دوستی

عبقری خود پڑھیے، مطالعہ کے بعد اپنے دوست احباب کو محبت کے ساتھ اسکے مطالعہ کی ترغیب دیجئے اور اپنے تمام ملنے والوں تک پہنچا کر معاشرے کی روحانی اور جسمانی گھریلو الجھنوں کے حل میں مدد کریں۔ ایصالِ ثواب اور تقسیم کے لیے خصوصی رعایت۔



بھیا نک حد تک آؤٹ آف کنٹرول شوگر کا آخری سہارا
اس حسینہ کے پاؤں پیچھے کی طرف مڑے ہوئے تھے۔

ذکر الہی، تہجد اور تلاوت کے سائنسی فوائد

ہر عمر میں حسین و دل کش نظر آنے کے راز کیا ہیں؟

پودینہ سے الرجی اور معدے کا علاج

حصولِ ملازمت اور روزگار کے لیے سورۃ الضحیٰ کا آسان عمل

ڈپریشن دور کرنے کا انوکھا سائنسی ٹوٹکا
ایک آم ساٹھ انوکھے فائدے



بیاد

حضرت خواجہ سید محمد عبداللہ باجویری عبقری مجذوب رحمۃ اللہ علیہ

جناب حکیم محمد رمضان چغتائی رحمۃ اللہ علیہ

ذریعہ برکتی

شیخ الحدیث حضرت مولانا محمد عبداللہ المفتی دامت برکاتہم العالیہ

حضرت مولانا محمد کلیم صدیقی دامت برکاتہم العالیہ (پھلت)

شمارہ نمبر 2 جلد نمبر 2 اگست 2007ء مطابق رجب 1428

فرقہ واریت اور سیاسی تعصبات سے پاک

لاہور

عبقری

ماہنامہ

اگست 2007ء

روحانی و جسمانی صحت کا ضامن، مرکز روحانیت وامن کا ترجمان

حکیم محمد طارق محمود عبقری مجذوب چغتائی

حکیم محمد خالد محمود چغتائی، نجم الہی شمس، حاجی میاں محمد طارق
ملک خادم حسین، قانونی مشیر: سید واجد حسین بخاری (ایڈووکیٹ)

مجلس مشاورت

قیمت فی شمارہ اندرون ملک سالانہ (مع ڈاک خرچ) بیرون ملک سالانہ (مع ڈاک خرچ)
15 روپے 180 روپے 40 امریکی ڈالر

انجنی ہو لڈراپتی مہر لگا کیں/ ہدیہ دینے کے لیے اپنا نام لکھیں/ ذرا سالانہ ختم ہونے کی اطلاع

نہایت توجہ: ہر رسالہ کے بیرونی لفافہ پر خریداری نمبر اور مدت
خریداری درج ہوتا ہے اگر ذرا سالانہ ختم ہو چکا ہے تو -/180 روپے منی
آرڈر کریں یا فون (042-7552384) پر رابطہ کر لیں تاکہ آپ
کو مسلسل رسالہ ملتا رہے۔ رسالہ نہ ملنے کی صورت میں خریداری نمبر
ضرور بتائیں تاکہ آپ کو مکمل معلومات دی جاسکے۔ رسالہ حاصل کرنے
کی آسان صورت یہی ہے کہ آپ اخبار فروش سے طلب کریں۔

مستقل پتہ دفتر ماہنامہ ”عبقری“ مرکز روحانیت وامن

78/3، مزنگ چوکی، قریبہ چوک، یونائیٹڈ بیکری

اسٹریٹ جیل روڈ لاہور 0322-4688313
042-7552384

Website: www.ubqari.net

Email: ubqari@hotmail.com

فہرست مضامین

- 3 سات کبریوں کا دودھ پی گیا مگر پیٹ نہ بھرا 2 درس ہدایت
- 6 شوہر نے معاف کیا تو ساپ چلا گیا 4 عبقری کے پخوان اور ڈانٹے
- 11 بڑی بوجھوں کے آزمودہ گھریلو نوکے 10 بے گمان پانے کے لیے ایک خصوصی وظیفہ
- 13 خواتین پوچھتی ہیں ؟ 12 سو درود شریف اور سو حاجتیں پوری
- 15 ایزیاں اوپر اٹھائیں کہ قد لبا نظر آئے 14 ماں بننے کے بعد
- 17 مشکلات اور مسائل کی آگ بجھانے والا اسم اعظم 16 اسی سالہ آزمودہ بہترین ناک
- 19 نفسیاتی گھریلو الجھنیں اور آزمودہ یقینی علاج 18 قرض کی ادائیگی اور غم کے ازالے کا روحانی نسخہ
- 20 جسمانی بیماریوں کا شرابی علاج 20 تیس سال سے صحت کی طرف نہیں دیکھا 20 زیارت
- 24 رسول عربی ﷺ کا شرف پانے والے 23 رات لڑکی کو خواب آیا، بھگوان بولا تم بالکل اچھی ہو
- 26 قرآن پاک کا زندہ معجزہ 25 روحانی بیماریوں کا روحانی علاج 26 اللہ تعالیٰ کی زیارت
- 28 کیسے ہوتی ہے، راز سے پردہ اٹھتا ہے 28 کالی دنیا کالے عامل اور اذلی کالی مشکلات کا زوال اور
- 30 قرآن طاعت کا کمال 30 سادہ سی مشق اور خواتین کی تندرستی 31 آپ کا خواب اور روشن تعبیر
- 32 خطوط و ثراوت 33 قارئین کی خصوصی تحریریں 34 سورۃ الفاتحہ سے ناممکن
- 35 ممکن کیسے ہوا 35 آئین لکھ کر دعا کریں 36 کتے پر ترس کھانے کی نفی جڑا 37
- 39 مایوس اور لا علاج مریضوں کیلئے آزمودہ اور پرتاثير دوا میں

ٹھہریے پہلے اسے پڑھیے

اگر آپ ”عبقری“ کا اجراء کرنا چاہتے ہیں تو اس کا ذرا سالانہ -/180 روپے
ہے۔ اپنا پتہ اردو میں، واضح اور صاف صاف تحریر کریں۔ جواب طلب امور
کے لیے جوابی لفافہ آنا ضروری ہے ورنہ معذرت۔ ہر ماہ پوری فکر کے ساتھ
آخری تاریخوں 26 تا 28 میں رسالہ خریداروں کے نام روانہ کر دیا جاتا ہے۔
تاکہ یکم سے قبل آپ کو مل جائے اسکے باوجود رسالہ محکمہ ڈاک کی غفلت کا شکار ہو
جاتا ہے۔ اس سلسلہ میں گزارش ہے کہ قارئین چار پانچ روز انتظار کر لیا کریں
کیونکہ بعض دفعہ ٹھیک دوسرے دن یا پھر کئی روز بعد پہنچ پاتا ہے اور بار بار ایسا اتفاق
بھی ہوا ہے کہ یہ اطلاع دی گئی کہ رسالہ بروقت پہنچ گیا تھا لیکن کوئی اور صاحب
پڑھنے کے لیے لے گئے تھے۔ اس لیے پوری تحقیق اور کم از کم ایک ہفتہ کے بعد بھی
نہ ملے تو اطلاع کریں۔ آئندہ ماہ پیشل ڈاک سے روانہ کیا جائیگا اور یہ بھی خیال میں
رہے کہ ادارہ کے ذمہ پوری فکر کے ساتھ ڈاک کے حوالہ کر دینا ہے نہ کہ آپ کے
ہاتھوں میں پہنچانا ہے۔ اس لیے ان وجوہات کی بنا پر ہم اپنے قارئین کو اس طرف
متوجہ کر رہے ہیں کہ آپ اپنے اخبار فروش یا قریبی بک سٹال سے طلب کریں اور
اگر وہ نفی میں جواب دے تو اسکو پیار محبت سے ترغیب دیں کہ یہ ایک روحانی رسالہ
ہے اس کو چلانے میں دین و دنیا کو فائدہ ہوگا اور اس کو مکمل تعاون کی یقین دہانی
کرائیں..... اس طرح یہ رسالہ تھوڑی سی کاوش سے گھر گھر پہنچ سکتا ہے۔ تقسیم اور
ایصال ثواب کے لیے خصوصی رعایت حاصل کیجئے۔

فون نمبر 042-7552384

ماہنامہ عبقری قریبی بک سٹال یا اخبار فروش سے طلب کریں

آٹھ چیزوں کو تم اختیار کرو گے تو پھر تمہارا کوئی عمل تمہیں نقصان نہیں پہنچا سکے گا

مشاہیر عالم کے سنہری بول

سات بکریوں کا دودھ پی گیا مگر پیٹ نہ بھرا

یقیناً آپ جانتے ہیں کہ آج کے دور میں ایک سنت پر عمل کرنا سوشلہیڈوں کے برابر ثواب پانا ہے

مومن ایک آنت سے کھاتا ہے اور کافر سات آنت سے

حضرت ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم کے پاس ایک کافر مہمان ہوا، آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے ایک بکری کے دوٹے کا حکم دیا، اسے دوہا گیا اور اس کا دودھ اسے پلا دیا گیا، پھر دوسری کا دوہا گیا اور پلا دیا گیا، یہاں تک کہ سات بکریوں کا دودھ پی گیا۔ پھر وہ شخص صبح کو اسلام لے آیا۔ (صبح کو) آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے حکم دیا کہ بکری کو دوہا جائے، چنانچہ اس کا دودھ دوہا گیا اور پلا دیا گیا پھر دوسری بکری کا دودھ دوہا گیا مگر اس کا دودھ نہ پی سکا (پیٹ بھر گیا) آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا مومن ایک آنت سے کھاتا ہے اور کافر سات آنت سے۔ (ترغیب جلد ۳، صفحہ ۱۳۶، ترمذی جلد ۲، صفحہ ۴۵)

مومن کم کھاتا ہے

حضرت ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ سے مروی ہے کہ نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا دو کا کھانا تین کو، اور تین کا کھانا چار کو کافی ہو جاتا ہے۔ (بخاری، جلد ۲، صفحہ ۸۱۲)

حضرت جابر رضی اللہ عنہ سے مروی ہے کہ نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا کہ ایک (مومن) کا کھانا دو کو اور دو کا چار کو اور چار کا آٹھ کو کافی ہو جاتا ہے۔ (ابن ماجہ، صفحہ ۲۳۱، مسلم)

ابن عمر رضی اللہ عنہ سے روایت ہے کہ آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا ساتھ کھاؤ، الگ الگ مت کھاؤ کہ ایک کا کھانا دو کو کافی ہو جاتا ہے۔ (یعنی جلد ۲۱، صفحہ ۴۰)

آخر میں مختصراً کھانا

حضرت عکراش بن ذویب رضی اللہ عنہ فرماتے ہیں کہ انہوں نے نبی کریم صلی اللہ علیہ وسلم کے ساتھ شہید کھایا جس میں چربی کی بڑی چمکانٹ تھی، پھر اس کے بعد کھجور نوش فرمائی (ترمذی، ابن ماجہ، جلد ۲، صفحہ ۲۳۵)

کھانے پینے کی چیزوں میں کمی کر جائے

حضرت ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ سے مروی ہے کہ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا جب کبھی تمہارے پینے (کھانے) میں گر جائے تو اسے ڈبو دو، اس کے ایک بازو میں بیماری ہے، دوسرے میں شفاء ہے۔ (بخاری، ابوداؤد، سیرۃ خیر العباد، جلد ۷، صفحہ ۲۷۶)

ابوسعید خدری رضی اللہ عنہ سے منقول ہے کہ آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا کہ جب کبھی تمہارے برتن میں گر جائے تو اسے ڈبو دو، اس کے ایک بازو میں زہر ہے اور دوسرے بازو میں شفاء ہے، وہ زہر والے بازو کو آگے بڑھاتی ہے اور شفاء والے کو پیچھے رکھتی ہے۔ (نسائی)

حضرت ابو ہریرہ رضی اللہ عنہ سے مروی ہے کہ جب کبھی برتن میں گر جائے تو اسے غوطہ دے دو، اس کے ایک بازو میں مرض دوسرے میں شفاء ہے، وہ اسی بازو کو ڈالتی ہے، جس میں مرض ہوتا ہے تو تم پورے کو غوطہ دے دو، پھر نکال دو۔ (ابوداؤد)

اپنی امیدیں مختصر کریں

حضرت علی ابن ابی طالبؓ نے حضرت عمرؓ سے کہا اے امیر المومنین! اگر آپ کو خوشی یہ ہے کہ آپ اپنے دونوں ساتھیوں حضور ﷺ اور حضرت ابوبکرؓ سے جا ملیں تو آپ اپنی امیدیں مختصر کریں اور کھانا کھائیں لیکن پیٹ نہ بھریں اور لنگی بھی چھوٹی پہنیں اور کرتے پر پیوند لگائیں اور اپنے ہاتھ سے جوتی گاٹھیں اس طرح کریں گے تو ان دونوں سے جا ملیں گے۔

اللہ متقیوں کے عمل کو قبول فرماتے ہیں

حضرت علیؓ نے فرمایا خیر یہ نہیں ہے کہ تمہارا مال اور تمہاری اولاد زیادہ ہو جائے بلکہ خیر یہ ہے کہ تمہارا علم زیادہ ہو اور تمہاری بردباری کی صفت بڑی ہو اور اپنے رب کی عبادت میں تم لوگوں سے آگے نکلنے کی کوشش کرو۔ اگر تم سے نیکی کا کام ہو جائے تو اللہ کی تعریف کرو اور اگر برائی کا کام ہو جائے تو اللہ سے استغفار کرو اور دنیا میں صرف دو آدمیوں میں سے ایک کے لیے خیر ہے ایک تو وہ آدمی جس سے کوئی گناہ ہو گیا اور پھر اس نے توبہ کر کے اس کی تلافی کر لی دوسرا وہ آدمی جو نیکی کاموں میں جلدی کرتا ہو اور جو عمل تقویٰ کے ساتھ ہو وہ کم شمار نہیں ہو سکتا کیونکہ جو عمل اللہ کے ہاں قبول ہو وہ کیسے کم شمار ہو سکتا ہے (کیونکہ قرآن میں ہے کہ اللہ متقیوں کے عمل کو قبول فرماتے ہیں)۔ (حیۃ الصالحین حصہ سوم)

سب سے زیادہ بڑائی اچھے اخلاق میں

حضرت عقبہ بن ابی الصہبہؓ کہتے ہیں جب ابن مسعودؓ نے حضرت علیؓ کو خیر مارا تو حضرت حسنؓ ان کی خدمت میں حاضر ہوئے۔ حضرت حسنؓ رو رہے تھے حضرت علیؓ نے فرمایا اے میرے بیٹے! کیوں رو رہے ہو؟ عرض کیا میں کیوں نہ دوں جبکہ آج آپ کا آخرت کا پہلا دن اور دنیا کا آخری دن ہے۔ حضرت علیؓ نے فرمایا چار اور چار (کل آٹھ) چیزوں کو پلے باندھ لو۔ ان آٹھ چیزوں کو تم اختیار کرو گے تو پھر تمہارا کوئی عمل تمہیں نقصان نہیں پہنچا سکے گا۔ حضرت حسنؓ نے عرض کیا ابا جان! وہ چیزیں کیا ہیں؟ فرمایا سب سے بڑی مالدار کی عقلندی ہے یعنی مال سے بھی زیادہ کام آنے والی چیز عقل اور سمجھ ہے اور سب سے بڑی فقیری حماقت اور بے وقوفی ہے۔ سب سے زیادہ وحشت کی چیز اور سب سے بڑی تنہائی عجب اور خود پسندی ہے اور سب سے زیادہ بڑائی اچھے اخلاق ہیں۔ حضرت حسنؓ فرماتے ہیں میں نے کہا اے ابا جان! یہ چار چیزیں تو ہو گئیں، مجھے باقی چار چیزیں بھی بتادیں۔ فرمایا بے وقوف کی دوستی سے بچنا کیونکہ وہ فائدہ پہنچاتے پہنچاتے تمہارا نقصان کر دے گا اور جھوٹے کی دوستی سے بچنا کیونکہ جو تم سے دور ہے یعنی تمہارا دشمن ہے اسے تمہارے قریب کر دے گا اور جو تمہارے قریب ہے یعنی تمہارا دوست ہے اسے تم سے دور کر دے گا (یا وہ دور والی چیز کو نزدیک اور نزدیک والی چیز کو دور بنائے گا اور تمہارا نقصان کر دے گا) اور کبجوں کی دوستی سے بھی بچنا کیونکہ جب تمہیں اس کی سخت ضرورت ہوگی وہ اس وقت تم سے دور ہو جائے گا اور بدکار کی دوستی سے بچنا کیونکہ وہ تمہیں معمولی سی چیز کے بدلے میں بیچ دے گا۔ (حیۃ الصالحین حصہ سوم)

درسِ ہدایت

ہفتہ وار درس سے اقتباس

صحی

علیم محمد طارق محمود مہتری مجددی چغتائی

ایمان کے تین درجات ہیں

انگریز جارہا تھا دیکھا کہ ایک عدالت کے باہر ایک صاحب کو پکڑا ہوا ہے لوگ اکٹھے ہیں اس کی پیشی ہے فیصلہ ہونا ہے آج دیکھا تو وہ ایک صاحب تھے کہنے لگا یہ وہی تو ہے جس نے میرے ہاں مزدوری کی تھی کھدائی کا کام ہو رہا تھا۔ سونے کی دو اینٹیں نکلی تھیں۔ اور تو نے اپنی پگڑی اتار کے اس میں باندھ لی تھیں اور شام کو میرے پاس مزدوری لینے آیا تھا۔ اور تو نے کہا تھا جناب آپ کی چیزیں کھدائی کے دوران نکلی ہیں میں نے اسے کہا کہ کہاں سے نکلیں سونے کی اینٹیں کہنے لگا کھدائی کے دوران یہ آپ کی ہیں۔

میں نے کہا پتہ ہے یہ کیا ہے کہنے لگا ہاں یہ سونے کی اینٹیں ہیں کہنے لگا تجھے احساس نہیں ہوا تھا۔ کہ تو ان کو چھپالیتا کہنے لگا مجھے میری مزدوری دو جو چار آنے یا سو روپیہ تھی۔ وہی دے دو۔ کہا تجھے علم نہیں ہے یہ سونا ہے کہا ہاں علم ہے۔ یہ میری چیز نہیں ہے۔ چیز آپ کی ہے۔ میری مزدوری ہے۔ اور میں نے تجھے اس میں سے حصہ دینا چاہا تھا تو نے حصہ بھی نہیں لیا تھا۔ تو نے کہا تھا میں صرف اپنی مزدوری لوں گا۔ تو وہی نہیں ہے؟ کہنے لگا ہاں وہی ہوں تو آج تجھے کس جرم میں پکڑا ہوا ہے؟ لوگ کہنے لگے بچی کے کانوں میں چھوٹی سی بالیاں تھیں۔ اس نے اتارنا چاہیں۔ اتر نہیں سکیں کان چیر دیئے اس نے اور بالیاں اتار لیں اور رنگے ہاتھوں پکڑا گیا۔ انگریز حیران ہوا سونے کی اینٹیں تو نے چھوڑ دیں مگر دو چھوٹی چھوٹی بالیاں؟ انگریز بولا یہ جو کہہ رہے ہیں صحیح کہہ رہے ہیں؟ کہنے لگا ہاں سچ کہہ رہے ہیں۔ وہ کیسے؟ تو نے تو کلو کے حساب سے سونا چھوڑ دیا تھا یہ ماشوں کے حساب سے ہے؟ بڑا عجیب جواب دیا۔ کہنے لگا پہلے ایمان اتنا مضبوط تھا کہ سونے کی کوئی حیثیت نہیں تھی۔ سونا اور مٹی برابر تھا۔ اب ایمان اتنا کمزور ہو گیا ہے۔ کہ انسان کی جان کی کوئی حیثیت نہیں چند ماشے سونے کی حیثیت ہے۔ ایمان کی تین سطحیں ہیں انبیاء کرام کا ایمان ہمیشہ بڑھتا رہے گا۔ فرشتوں کا

ایمان ایک سطح پر رہے گا۔ اور مومن کا ایمان یا بڑھتا رہے گا یا گھٹتا رہے گا۔ یا کم ہو گا یا زیادہ ہوگا۔ اور جب مومن کا ایمان کم ہوگا اس سے اعمال چھوٹے شروع ہو جائیں گے۔ یہ اس بات کی علامت ہے میرا ایمان کمزور ہو گیا ہے۔ جب بھی ایمان کمزور ہوگا اس کی تنہائیاں اس کو متاثر کریں گی وہ تنہائیوں میں اللہ کی طرف رجوع نہیں کرے گا۔ وہ تنہائیوں کو نعمت نہیں سمجھے گا۔ وہ تنہائیوں میں اللہ کی عبادت نہیں کرے گا۔ وہ تنہائیوں میں سجدے، راز و نیاز نہیں کرے گا۔ وہ تنہائیوں میں پھر برائیوں کی طرف مائل ہوگا۔

ایمان قبر تک کا ساتھی ہے

اور جب ایمان کمزور ہوگا پھر اس کا نماز کو جی نہیں چاہے گا۔ اعمال کو جی نہیں چاہے گا۔ اس لئے میرے محترم دوستو! میں آپ سے ایک بات عرض کر رہا ہوں اپنے ایمان کو جانچتے رہیں۔ ایمان قبر تک کا ساتھی ہے۔ اور حشر کا ساتھی ہے بیمار یوں سے کتنے پریشان ہوئے روزگار کی کمی سے، معاش کی کمی سے، رزق کی تنگی سے، کتنے پریشان ہوئے۔ ایمان کمزور ہو مگر پریشان ہی نہیں ہوا۔ دل کو لگی ہی نہیں چھوٹا سا ایک گناہ ہوا تجھے اس نے پریشان نہیں کیا۔ چھوٹا سا گناہ چھپایا گرمی کی دھوپ کی ایک لہر گی اس نے تیری سکاری نکال دی تجھے پریشانی ہوئی۔ گناہ سے پریشانی نہ ہوئی۔ اللہ کی نافرمانی سے پریشانی نہ ہوئی اور گناہ نے تجھے اللہ سے دور کر دیا۔ تو ندامت کر کے اللہ کے قریب ہو جاتا۔ اس گناہ نے تجھے اللہ سے اور دور کر دیا فرمایا بعض گنہگار ار ایسے ہوتے ہیں۔ جو گناہ کر کے اللہ کے قریب ہوتے ہیں۔ پوچھا وہ کیسے کہا گناہ کرنے کے بعد ان کے اندر ندامت ہوتی ہے۔

ایک دن مفتی عبید اللہ صاحب تشریف لائے، شفقت فرماتے ہیں۔ اللہ والوں کی باتیں بڑی ہوتی ہیں فرمانے لگے احساس گناہ سب سے بڑی عبادت ہے۔ افضل العبادۃ۔ احساس گناہ ندامت گناہوں کا احساس۔ اپنی کمی کا احساس۔ رب سے جدا ہونے کا احساس کہ اسے اللہ میں تجھ سے دور ہو

گیا۔ یا اللہ میں گناہوں میں مبتلا ہو گیا۔ اللہ میری بخششیں راتیں میری شامیں سیاہ ہو گئیں۔ یا اللہ دعاؤں کی مناجات ختم ہو گئیں۔ عبادت کی حلاوت ختم ہو گئی اللہ کوئی ایک رکعت ایسی نصیب ہو جاتی جس میں میں تیرے ساتھ کھڑا ہو کے ملاقات کرتا۔ اللہ کوئی لمحہ ایسا نصیب ہو جاتا جس میں بیٹھ کے تجھ سے باتیں کرتا۔ اے اللہ ایک گھڑی ایسی نصیب ہو جاتی جس میں تجھے مناتا۔ اے اللہ میں ہوتا تو ہوتا۔ الہی میں تیرا تو میرا میں تیرا۔

الہی کوئی تجھ سے کیا مانگتا ہے

الہی میں تجھ سے تجھے مانگتا ہوں

فقیر سے موتی لیتے جاؤ

یہ کیفیت افضل العبادت ہے۔ فرمانے لگے آپ کے پاس بھی یہ آدی آئے بیٹھے ہیں مجھ سے فرمانے لگے ان کے اندر احساس ہے بیماری کا احساس ہی نہ ہوتا تو کیوں آتے معلوم ہوا احساس ہے بیماری کا تو تھپی آئے ہیں علاج کیلئے جب یہ احساس گناہ ختم ہو جاتا ہے پھر علاج نہیں ہوتا۔ اور جب علاج نہیں ہوتا تو مرض بڑھتا چلا جاتا ہے۔ اور اس بڑھے ہوئے مرض کو ایک وقت آتا ہے وہ لا علاج ہو جاتا ہے۔ اور مومن کا مرض لا علاج کس وقت ہوتا ہے جب اس کا سارا دل سیاہ ہو جاتا ہے۔ اور آج ایک موتی لیتے جاؤ فقیر سے جب سارا دل سیاہ ہو جاتا ہے احساس ندامت نہیں ہوتا گناہوں کا احساس نہیں ہوتا جب سارا دل سیاہ ابھی نہیں ہوتا تو گناہوں کا احساس باقی رہتا ہے۔ جس کے اندر گناہوں کا احساس ہے جس کے اندر اللہ کی نافرمانی کا احساس ہے جس کے اندر ایمان اعمال اور تقویٰ کے ٹوٹنے اور چھوٹنے کا احساس ہے وہ ذرا سنبھل کر رہے ابھی ایمان بچا ہوا ہے۔

(جاری ہے)

روحانی محفل:

ہر منگل کو بعد نماز مغرب ”مرکز روحانیت دامن“ میں

حکیم صاحب کا درس مسنون اور شرعی ذکر خاص، مراقبہ،

بیعت اور دعا کی روحانی محفل ہوتی ہے۔ اس میں اپنی

روحانی ترقی اور پریشانیوں کیلئے شرکت فرمائیں۔ اپنی

مشکلات، پریشانیوں کے حل اور دلی مرادوں کی تکمیل کیلئے

خط لکھ کر دعاؤں میں شمولیت کر سکتے ہیں۔

بھیا نک حد تک آؤٹ آف کنٹرول شوگر کا آخری سہارا

شوگر اور کلونگی

قارئین! حضور پاک ﷺ کی حدیث مبارکہ بالکل سچ اور حق ہے کہ کلونگی موت کے علاوہ ہر مرض کا علاج ہے۔ اسی لئے اسے ہر مرض میں سمجھو توجہ اور تجربات کے ساتھ بلا تکلف استعمال کرایا جاسکتا ہے۔ **ہوا لسانی**: کلونگی، ختم سرس، گوند بکیر، تہہ خشک، تمام ہم وزن بالکل باریک کوٹ پیس کر فلفل سائز کپسول بھر لیں۔ اور صبح شام استعمال کرائیں۔ یاد میں تین تین بار کپسول یاد میں چار بار یعنی چار کپسول روزانہ استعمال کرائیں۔ یہ کپسول شوگر کیلئے حتیٰ کہ بعض اوقات بھیا نک حد تک شوگر آؤٹ آف کنٹرول ہو گئی ہو۔ ان تمام کیفیات کیلئے بہت ہی زیادہ مفید ہے۔

ریلوے کے ملازم کی کارستانی

بندہ نے یہ نسخہ کئی مریضوں کو بتایا۔ بے شمار مریضوں کو بنا کر دیا۔ کسی نہ کسی طرح یہ نسخہ ریلوے کے ایک ملازم کے ہاتھ لگ گیا۔ لاہور میں وہ صاحب اس کو بنا بنا کر فروخت کرنے لگے۔ اور انفس ناک بات یہ ہے کہ وہ دس روپے کا ایک کپسول بیچنے لگے۔ آہستہ آہستہ اس کا چرچا بڑھنے لگا۔ لوگ ان صاحب تک رسائی حاصل کرنے کیلئے گھنٹوں ان کا انتظار کرتے۔ اور جو شخص بھی یہ دوا استعمال کرتا ایک ماہ اور ڈیڑھ ماہ اور بعض مریض تو صرف ۸، ۱۰ دن کے قلیل عرصے میں بالکل ہی شفا یاب ہو جاتے۔ بندہ کو جب پتہ لگا کہ ایک صاحب اس طرح یہ کام کرتے ہیں۔ تو میں نے اتنی قیمت سے روکا۔ اور تفصیلی ترغیب دینے کے بعد آخر کار وہ ایک روپے فی کپسول دینے پر آمادہ ہو گئے۔ حالانکہ دیکھا جائے تو یہ ایک روپیہ فی کپسول دوائی کی قیمت سے بہت زیادہ ہے۔ لیکن وہ اس سے کم دینے کو قطعی تیار نہ تھے۔ ریلوے کے اس ملازم کا کہنا ہے کہ میں نے جن مریضوں کو یہ دوا دی ہے۔ وہ سب کے سب تندرست ہوئے ہیں۔ اور بعض اوقات ایک مریض ۱۰۰، ۱۰۰ کپسول لیکر گیا ہے۔ اور اس نے آگے جا کر کئی مریضوں کو یہ دوا دی ہے۔

ایک مل مالک کا عمل

شیخوپورہ روڈ لاہور پر ایک بہت بڑی مل کے مالک نے اس نسخے کا ایک اور طریقہ اختیار کیا ہے۔ انہوں نے اس نسخے کو بنا کر کپسول بھر کر مفت تقسیم کئے۔ بلکہ اس کی تشہیر پر انہوں نے اچھی خاصی رقم خرچ کی۔ لیکن رضائے الہی کے طور پر انہوں نے اس دوا کی قیمت نہ لی۔ اور ہزاروں مریض شفا یاب ہوئے اور ہور ہے ہیں۔

مریضان شوگر کے لیے نوید مسرت

ایسے مریض شوگر، جن کے دماغ گردے، جگر، معدہ، اعصاب، یادداشت، نگاہ اور جنسی کیفیات کو شوگر نے مجروح کیا ہے۔ ایسے مریضوں کیلئے یہ نسخہ ایک خاص طاقت اور قوت سے کہیں کم نہیں ہے اور دیکھا گیا ہے کہ مریض بہت جلد صحت یاب ہوئے۔

ایک ڈاکٹر کا تجربہ

معمول کی ڈھیروں ڈاک میں ایک ایف آر سی۔ ایس۔ (اسپیشلسٹ) ڈاکٹر کا خط ملا کہ آپ کے نسخہ کو میں نے خود اپنے جسم پر آزمایا۔ چونکہ میں عرصہ دراز سے شوگر کے مرض میں مبتلا تھا۔ میں روزانہ اپنی شوگر میٹ کرتا رہا اور آخر کار دوا کی مقدار کو کم کرنا شروع کر دیا۔ کیونکہ میری شوگر کنٹرول ہو گئی تھی۔ پھر یہی نسخہ میں نے اپنے دیگر مریضوں کو بھی استعمال کرنا شروع کیا۔ میں واقعی حیران ہوں کہ یہ نسخہ ایک اسیری اور لا جواب تھہرے۔

ایک وضاحت

قارئین کرام! اگر کسی مریض کو شوگر ہے۔ اور وہ یہ دوا استعمال کرنا چاہتا ہے تو ایلو پیتھی ادویات فوراً بند نہ کی جائیں۔ بلکہ یہ دوا اور ایلو پیتھی دوا کچھ عرصہ ساتھ چلائی جائے۔ اور پھر ایلو پیتھی دوا آہستہ آہستہ کم کر کے بالکل ختم کر دی جائے۔

شوہر نے معاف کیا تو سانپ چلا گیا

(مؤن خان عثمانی)

دنیا اور آخرت کے چشم دید انوکھے سچے واقعات کا مجموعہ جو دل کی اجڑی ویران دنیا کو بدل دیتے ہیں

قبر میں بہت بڑا سانپ

ایک بد اعمال، بد کردار آدمی کی حکایت ہے کہ جس وقت وہ فوت ہو گیا تو لوگوں نے اس کیلئے قبر کھدوائی۔ دیکھا تو قبر میں ایک بہت بڑا سانپ موجود ہے، پھر انہوں نے دوسری قبر کھدوائی۔ دیکھا تو قبر میں ایک بہت بڑا سانپ موجود ہے، پھر انہوں نے تیسری قبر کھدوائی تو اس میں بھی وہ سانپ تھا، غرض کہ اس طرح کرتے کرتے تیس کے قریب قبریں کھودی گئیں اور سب میں ویسا ہی سانپ نکلتا رہا۔ آخر یہ دیکھا کہ اللہ تعالیٰ کے عذاب سے کوئی بھاگ نہیں سکتا اور نہ کوئی اس پر غالب آسکتا ہے تو مجبور ہو کر اس سانپ ہی کے پاس اس کو دفن کر دیا اور یہ سانپ اس کا برا عمل تھا۔ (روح الریاضین کرامات اولیاء ۱۵۵)

عذاب قبر کے متعلق ایک اور واقعہ

تقریباً پچیس سال پہلے کی بات ہے کہ ایک عورت کا پاکستان میں انتقال ہوا۔ اس کا جنازہ قبر میں لایا گیا۔ جب قبر میں رکھنے لگے تو دیکھا کہ قبر میں سانپ ہے۔ لوگ ڈر گئے، گھبرائے۔ دوسری قبر کھودی گئی، دیکھا لیا کہ قبر صاف ہے۔ جب میت کو رکھنے لگے تو دیکھا کہ اس میں بھی وہی سانپ ہے جو پہلی قبر میں تھا۔ تیسری قبر بنائی، اس میں دیکھا تو وہی سانپ ہے جو پہلی قبر میں تھا۔ کہنے لگے یہ چھوڑے گا نہیں، اس لئے میت کو رکھنے کیلئے سانپ ایک طرف ہٹ گیا اور میت کو رکھنے کیلئے جگہ دے دی۔ جب میت کو رکھ دیا گیا تو سانپ فوراً اٹھا اور کفن ہٹا کر اس میت کی زبان پکڑی۔ سارے مجمع نے دیکھا، سب پریشان ہو گئے۔ اس کا شوہر بھی موجود تھا، اس سے پوچھا کیا بات ہے؟ اس نے کہا کہ مجھے برا بھلا کہا کرتی تھی، میں صبر کرتا تھا۔ کبھی میں نے کوئی بدلہ نہیں لیا، جواب نہیں دیا۔ سب مجمع نے کہا کہ بھائی اس کی خطا کو معاف کر کے دعائے مغفرت کرو۔ سب نے دعائے مغفرت کی، شوہر نے بھی اس کی خطا معاف کر کے دعائے مغفرت کی۔ اب جو دیکھتے ہیں تو سانپ نہیں ہے۔ اس کے بعد فرمایا کہ کبھی کبھی اللہ تعالیٰ عالم قبر کا منظر بندوں کو دکھلا بھی دیتے ہیں تاکہ وہ ڈریں اور معافی سے بچیں۔ (ملفوظات فقیرہ الامت قسط ۵/۷۰)

ہر عمر میں حسین و دل کش نظر آنے کے راز کیا ہیں؟

(مرسلہ: زہرہ جبین)

حسن کے نکھار کی اہم تدابیر

ہر عمر میں حسین و دل کش نظر آنے کا راز کیا ہے؟ صاف ستھری دمکی جلد اور چہرہ، جس سے صحت نکلتی ہو، ظاہر ہے اندر سے پھوٹتا ہے۔ حسن کسی تفصیلی میک اپ اور آرائش حسن کا محتاج نہیں ہوتا۔ حسین جلد نتیجہ ہوتی ہے اس کے نیچے دوڑتے صاف ستھرے اور صحت مند خون کی۔ حسن کا ایک اہم پہلو چلنے پھرنے کا متوازن اور دل ربا انداز ہوتا ہے۔ جو لوگ اس طرح چلتے ہیں کہ گویا ان کے سر پر تاج رکھا ہو دور ہی سے دل کش نظر آتے ہیں۔ اس کیلئے ضروری ہے کہ ورزش باقاعدگی سے کی جائے اور اس دوران صاف ستھری ہوا بھی پھردوں میں خوب پہنچے اور آکسیجن خون میں خوب جذب ہو۔ خوب کسے ہوئے عضلات، آسانی سے حرکت کرتے، جوڑا مسکراتا دمکن چہرہ اسی وقت آپ کے حصے میں آسکتا ہے کہ جب آپ کی غذا درست ہو۔ جسم کو تمام اہم غذائی اجزاء اور مقدار میں ملیں اور جسم میں ان کے ہضم و جذب کا نظام چوکس و بیدار ہو۔ **اہم حسن افزا غذائی اجزاء:** آپ ویسے ہی نظر آتے ہیں جیسے کہ آپ محسوس کرتے ہیں۔ اسی طرح آپ کا چہرہ آپ کی غذا کی کہانی سناتا ہے مثل مشہور ہے کہ نہائی کے بال نظر آتے ہیں اور کھائی کے گال، اسلئے یہ بہت ضروری ہے کہ آپ کی صحت اچھی ہو اور یہ اسی وقت ممکن ہے کہ جب آپ متوازن غذا کھائیں۔ اس سلسلے میں سب سے پہلے یہ اصول پیش نظر رہے کہ چربی اور چکنائیاں آپ کی غذا میں کم ہوں اور آپ تازہ سبزیاں، پھل، بے چھنا آٹا، دلیے، ثابت اور دھلی ہوئی دالیں شوق سے کھائیں۔ ان کے علاوہ یہ بھی ضروری ہے کہ آپ کو اپنی غذا سے یہ غذائی اجزاء بھی ملتے رہیں۔ **جست:** جلد میں اندمال و اصلاح کے کام میں مدد دیتا ہے۔ اس کے اہم ذرائع میں عضلات کا گوشت اور اناج شامل ہوتے ہیں۔ **حیاتین ج:** ہماری جلد کا ۷۰ فیصد کولاجین نامی پروٹین پر مشتمل ہوتا ہے۔ اس کی کمی سے جلد تیزی سے بوڑھی اور بے رونق ہونے لگتی ہے۔ حیاتین ج (وٹامن سی) جسم میں کولاجین کی تیاری میں اہم کردار ادا کرتا ہے۔ برصغیر میں صدیوں سے مختلف

صورتوں میں آٹے کا استعمال ہو رہا ہے۔ آٹے میں یہ حیاتین خوب ہوتا ہے۔ اس کے دیگر اہم ذرائع میں تمام کھنے پھل شامل ہوتے ہیں۔ **حیاتین ب مرکب:** یہ حیاتین اعصاب کو تقویت فراہم کرتے ہیں اور ان کی وجہ سے جلد کے خلیات کو صحت مند خون فراہم ہوتا ہے۔ اس کے اہم ذرائع اناج، عضلاتی گوشت اور (بریورز ایسٹ) قابل ذکر ہیں۔ **حیاتین ڈ:** یہ حیاتین (وٹامن ای) ایک اہم بامعنی تاکید ہے۔ اس سے جلد کی بافتیں مضبوط رہتی ہیں اور بڑھاپے کے اثرات اس پر یلغار نہیں کرتے۔ اس کے اہم ذرائع ہیں مغزیات، مونگ پھلی، سورج مکھی کے بیجوں کا مغز، پالک اور زردکئی کا آٹا، گندم کا دلیا۔ **حیاتین الف:** یہ حیاتین (وٹامن اے) جلد کے خلیات کے نشوونما کیلئے بہت ضروری ہوتا ہے۔ یہ جسم کو امراض و جراثیم سے بھی محفوظ رکھتا ہے۔ اس کے اہم ذرائع میں گاجر، زرد پھل جیسے آڑو، آم، پاپیت قابل ذکر ہیں۔

دیگر اہم تدابیر:

کیلئے ضروری ہے کہ چہرے کو تازہ صاف پانی سے بار بار دھویا جائے۔ پانی کے چھپکے مارنے سے جلد کو بہت فائدہ ہوتا ہے۔ اس کے علاوہ اسے نم رکھنے والی کریم احتیاط سے لگائی جائے۔ گلیسرین اور عرق گلاب کا استعمال بہت مناسب ہوتا ہے اور سستا بھی۔ **گردوغبار سے حفاظت:** گرمی، خشکی، گرد وغبار جلد کے دشمن ہوتے ہیں۔ اسے بار بار دھونے کے علاوہ یہ خیال رکھنا بھی بہت ضروری ہے کہ جلد گردوغبار سے محفوظ رہے۔ مثلاً چشمہ لگانے سے پہلے اسے گردوغبار سے ضرور صاف کر لینا چاہیے، بلکہ ہر روز پانی سے اسے دھونا چاہیے۔ اس طرح آنکھیں بھی گردوغبار اور جراثیم سے محفوظ رہیں گی۔ کسی مرد و خاتون کے صاف ستھرے ہونے کی گواہی بستر خاص طور پر تیکے دیتے ہیں۔ تکیوں کے غلاف ہفتے میں کم از کم دو مرتبہ ضرور بدل دینے چاہیے۔ اسی طرح منہ پونچھنے کیلئے استعمال ہونے والے تولیے کو بھی ہر پچھنے اچھی طرح دھو لینا چاہیے۔ ہر استعمال کے بعد اسے دھوپ یا ہوادار جگہ پر خشک کر لینا ایک مفید عمل ہوتا ہے۔ گیلے تولیے جراثیم اور بدبو کی بوٹ ہوتے ہیں۔ **کریم چمچے سے نکالیں:** کریم وغیرہ انگلیوں سے نہیں نکالنی چاہیے۔ صاف ستھرے پیچھے وغیرہ سے کریم نکالیں۔ اس طرح کریم جراثیم سے آلودہ نہیں ہوگی۔ **جلد کی نوعیت ضرور جانیں:** یعنی اس کا کھوج ضرور لگائے کہ آپ کی جلد چکنی ہے یا خشک۔ اس حساب سے آپ کو کریم وغیرہ استعمال کرنا چاہیے۔ اس سلسلے میں موسمی تبدیلیوں کا خیال رکھنا بھی ضروری ہے، مثلاً جاڑوں کی سرد خشک ہوا اور گرمیوں کی لو کے پھیڑے احتیاط کا تقاضا کرتے ہیں۔ مرطوب موسم میں جلد گیلی رکھنے والی اشیاء (موسچرائزر) کے استعمال کی اتنی ضروریات نہیں ہوتی۔

جسم کا خیال:

مجموعی طور پر حسین نظر آنے کیلئے یہ بھی ضروری ہے۔ آپ اکڑے، کھینچے اور کشیدہ بدن نظر نہ آئیں۔ ذہن کی آسودگی جسم کی آسودگی کی صورت میں جھلکتی ہے۔ (بقیہ صفحہ نمبر 7 پر)

ہے جس سے جلد دوبارہ بحال نہیں ہوتی۔ **جلد کی نگہداشت:** حسن کے نکھار اور برقراری میں اس کی صفائی ستھرائی کا خیال رکھنے کی بھی بڑی اہمیت ہوتی ہے۔ ماہرین اس سلسلے میں چادر بہت اہم قرار دیتے ہیں۔ **جلد کی نمی:** سدا بہار جلد وہی ہوتی ہے جو نمی یا گیلی رہے۔ اس

عقرب کے پکوان ذائقے اور مہک کے ساتھ

آپ بھی کوئی عمدہ ترکیب جانتی ہوں تو ”عقرب“ کے پکوان میں ضرور بھیجیں

ثابت مصالحے والا گوشت

اشیاء: گوشت ایک کلو، سوکھا دھنیا آدھ چھٹانک، سیاہ مرچ لوگ دو تولہ، الائچی پیاز ایک پاؤ، لہسن ایک گٹھی، زعفران ایک ماشہ۔

ترکیب: دھنیا آدھا پیس لیں اور ادروک کے ٹکڑے کریں پیاز لچھے دار کاٹ کر گھی میں تل لیں۔ جب پیاز بادامی رنگ کا ہو جائے تو گوشت اور سب مصالحے ثابت اس میں ڈال دیں پھر اتنا پانی ڈالیں کہ گوشت گل جائے۔ جب گوشت نیم گلا ہو جائے تو اس میں دہی ڈال کر بھون لیں۔ پھر لہسن کا پانی ڈال کر بھونیں جب سب مصالحے گل کر گوشت کے ساتھ مل جائیں تو زعفران کو ذرا سے کیڑے میں حل کر کے اوپر ڈال دیں اور دم پر لگا دیں۔ کوئی دس منٹ بعد کھولیں اور دیکھیں کہ گوشت، مصالحے اور گھی نظر آئے پانی باقی نہ رہے تو اتار لیں اور پیش کریں

کڑاھی مرغ

اشیاء: ایک کلو مرغی، دس ہری مرچیں، آدھا کلو پیاز ہوا ٹماٹر، ہاف ٹی اسپون ہلدی، ایک ٹیبل اسپون مرچیں اور زیرہ دو ٹیبل اسپون، لہسن، ادروک، نمک حسب ذائقہ اور تیل حسب ضرورت۔

ترکیب: کڑاھی میں گھی گرم کر کے پھر لہسن ادروک ڈال دیں۔ پھر ہلانے کے بعد زیرہ ڈال دیں پھر اس میں مرغی ڈال کر مرچیں، نمک اور ہلدی ڈال کر بھون لیں پھر آدھا کلو پیاز پے ہوئے ٹماٹر اور دس مرچیں ڈال کر ڈھک دیں اور گرم گرم نان کے ساتھ کھائیں

شاہی کباب

اشیاء: قیمہ آدھ سیر، پیاز آدھ سیر، ادروک آدھ چھٹانک، سیاہ مرچ حسب ذائقہ، نمک اور گھی حسب ضرورت۔

ترکیب: قیمہ باریک چس لیں، پھر پیاز اور ادروک چس کر قیمہ میں ملا دیں۔ اب سیاہ مرچ، نمک اور گرم مصالحے بھی چس لیں اور قیمہ میں شامل کر لیں۔ ہاتھ سے گول گول تیغ کباب کی شکل کے کباب بنا لیجئے مگر تیغ سے کھوکھلے نہ ہوں۔ تو سے پر ڈالنا کھی لگا کر کباب جمادیں اوپر سے کسی گہری تام چینی کی ڈش وغیرہ سے ڈھانپ کر ہلکی آگ پر دم دیں۔ جب پانی

خشک ہو جائے تو کٹر سے پیاز کے لچھے کاٹ لیں۔ ہری مرچ زیرہ اور سفید الائچی ڈال کر پھر دم پر رکھ دیں۔ جب خوشبو آنے لگے اور کباب سرخ ہو جائیں۔ تو اتار لیں۔ نہایت لذیذ کباب ہوں گے۔

کلوچی کے کرشمات

کلوچی موت کے سوا ہر مرض میں شفا ہے۔ (الحمدی) اس کتاب کا تعارف ضروری نہیں کیونکہ لفظ کلوچی خود ایک تعارف ہے۔ کتاب کا مختصر تعارف یہ ہے۔ کلوچی مختصر لیکن ایسی بیاریوں سے چھٹکارے کا ذریعہ جہاں بڑی بڑی ادویات استعمال کر کے لوگ تھک گئے ہیں ☆ لا علاج مرگی کلوچی کا ایک مختصر چٹکلہ ☆ قارئین جہاں ہر شخص اپنے سینے کے راز چھپاتا ہو اور کوئی لفظ دوسرے کو بتانے کو تیار نہ ہو ایسے دور میں یہ کتاب جس کا ورق ورق رازوں کا صندوق ہو تو اگر پھر بھی قدر دانی نہ کریں تو پھر اپنا ہی تصور ہے مثلاً شوگر کا ایک نسخہ تو چھوٹے بچے والے سے ملا اور لاگت چند روپے اور رزلٹ نہایت حیرت انگیز کیا آپ وہ نسخہ آزما کر محنت چاہتے ہیں؟ ☆ دل کے لا علاج مریض آپریشن نہ کرنا میں صرف پان کے پتے اور کلوچی سے فوری اور دشنامی علاج کر سکتے ہیں ☆ بالوں کا گرنا، جھجکا اور خشکی ایک بالکل سنسنی خیز جو آپ کے دکھوں کا مہم بن سکتا ہے ☆ قارئین دس عنوانات آپ کو کلوچی کے کمالات کا قائل کر کے رہیں گے۔ جس میں آپ کا خرچ چند روپے اور رزلٹ لاکھوں کی ادویات کو پیچھے چھوڑ جائے اور دس عنوانات جو اس وقت معاشرے کو لپیٹ کر مرده کر چکے ہیں جس پر خرچ کر کے گھر خالی ہو گئے ہیں پھر مزے کی بات یہ ہے کہ ان کو مسلسل تجربات کے بعد لکھا گیا ہے۔ حتیٰ کہ جس نے آزما یا دعائیں دیں گے۔

اس کے علاوہ اور اتنا کچھ اس کتاب میں ہے کہ آپ سوچ نہیں سکتے۔

کارخیز کا اچھا انداز

اگر آپ کے پاس کتابیں نی یا پرانی کسی بھی موضوع یا کسی بھی عنوان کی ہوں یا رسائل ڈائجسٹ میگزین وغیرہ کسی بھی موضوع کے ہوں اور آپ چاہتے ہوں کہ وہ صدقہ جاریہ کیلئے استعمال ہوں بھلائی خدا اس سے نفع حاصل کرے اور آپ کی آخرت کی سرخوردگی ہو، مزید وہ رسائل و کتابیں محفوظ ہوں یا پھر یہ رسائل و کتب آپ کے پاس زائد ہوں تو دونوں صورتوں میں یہ رسائل و کتب مدبر ماہنامہ عقرب کو بے کی نیت سے ارسال کریں وہ محفوظ ہو جائیں گی اور افادہ عام کیلئے استعمال ہوگی۔ آپ صرف اطلاع کریں منگوانے کا انتظام ہم خود کریں گے یا پھر آپ ارسال فرمادیں۔ نوٹ درسی اور سلیس کی کتابیں ارسال نہ کریں۔

پندرہ شعبان زم زم کا ذائقہ

محمد صالح المنجد

معجم الطبرانی نے ثقہ راویوں کے واسطے سے روایت کیا ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے فرمایا کہ زمین پر سب سے بہتر پانی آب زم زم ہے۔ علامہ زین الدین فارسی کو کہتے ہوئے شام گیا ہے کہ ہمارے شیخ الاسلام سراج الدین بلقھسی نے کہا کہ آب زم زم آب کوثر سے افضل ہے، اور اس کی دلیل یہ دی کہ نبی کریم ﷺ کا سینہ مبارک اس کے ساتھ دھویا گیا تھا اور ظاہر ہے کہ آپ ﷺ کا سینہ مبارک افضل ترین پانی سے ہی دھویا جاتا تھا اور شیخ حافظ العزازی نے کہا کہ نبی کریم ﷺ کے سینے مبارک کو آب زم زم سے دھوئے جانے میں حکمت یہ ہے کہ آپ ﷺ زمین و آسمان کے نظام اور جنت و دوزخ کو دیکھنے کی قوت حاصل کر لیں کیونکہ آب زم زم کی یہ خصوصیت ہے کہ مقوی قلب اور وحشت کو دور کر کے سکون و اطمینان دلانے والا ہے۔ اور آب زم زم کے خواص سے یہ بھی ہے کہ وہ بخار کو ٹھنڈا کرتا ہے جیسا کہ سنن نسائی میں ابن عباسؓ سے روایت کیا گیا ہے اور انہی روایات میں سے ہے کہ ضحاک بن مزاحم نے کہا کہ آب زم زم صداع (سر درد) کو زائل کر دیتا ہے اور یہ روایت بھی ہے کہ قیامت کے دن سے پہلے پہلے پانی سطح ارضی سے اٹھائے جائیں گے اور زمین کی تہہ میں اتر جائیں گے ماسوائے آب زم زم کے ضحاک نے بھی ایسا ہی کہا ہے۔ واللہ اعلم بالصواب۔ امام بدرالدین ابن صاحب البصریؒ نے کہا ہے کہ آب زم زم طبی اور شرعی لحاظ سے کرہ ارض کے جملہ پانیوں میں سے افضل ہے۔ اس نے کہا میں نے آب زم زم کو مکہ کے ایک چشمہ کے پانی کے ساتھ تولا تو اسے اس سے چار گنا زیادہ وزن پایا۔ پھر میں اس کا میزان طب سے اندازہ کیا تو اسے طبی لحاظ سے تمام پانیوں سے افضل پایا اور یہ بھی روایات میں آیا ہے کہ اس کا پانی نصف شعبان کی رات شٹھا، لذیذ اور خوشگوار ہو جاتا ہے۔ جبکہ کنواں پانی سے لبریز ہو جاتا ہے، جیسا کہ پہلے کہا جا چکا ہے، لیکن اس حالت کا صرف عارف لوگ ہی مشاہدہ کرتے ہیں۔ مشاہدہ کرنے والوں میں شیخ ابوالحسن المعروف بکرباج بھی ہیں۔ اہل مکہ کہتے ہیں کہ اس رات اس سے چشمہ سلوان مل جاتا ہے اور اس رات (بقیہ صفحہ نمبر 32 پر دیکھیں)

اس حسینہ کے پاؤں پیچھے کی طرف مڑے ہوئے تھے

اخلاق احمد

قارئین! آپ کا بھی کسی پراسرار چیز یا کبھی کسی جن سے واسطہ پڑا ہو؟ ہمیں ضرور لکھیں چاہے بے ربط لکھیں نوک پلک ہم خود سنوا لیں گے۔

زندگی گزرتا رہا۔ وقت گزرنے کا پتہ ہی نہ چلا اور شادی کو 12 سال کا عرصہ گزر گیا۔ اللہ تعالیٰ نے ہمیں اولاد کی نعمتوں سے بھی نوازا 4 بیٹیاں اور 2 بیٹے اس بیوی سے پیدا ہوئے۔ میری والدہ بوڑھی اور کمزور تھی، سبزی کاٹا، گھر کا جھاڑو برتن صاف کرنا اب انکے بس کی بات نہ تھی آئے دن وہ بیمار رہنے لگی۔ ایک دن غصے کے لہجے میں بولنے لگی۔ میں بیمار اور کمزور عورت ہوں یہ ہانڈی چولہے کا کام آگ جلتا نااب میرے بس کی بات نہیں۔ دہن سے کہو کہ تم اس گھر کی مالکہ ہو۔ اب اپنا گھر خود سنبھالے۔ میری والدہ کے اعتراض پر اس نے کوئی جواب نہیں دیا اور نہ ہی میری والدہ کی شان میں کوئی گستاخی کی کیونکہ میں نے شادی کرتے وقت اس چڑیل سے وعدہ لیا تھا کہ تم میرے خاندان کو کوئی نقصان نہیں پہنچاؤ گی۔ ایک دن میری بیوی کوڑا پھینکنے کے لیے گھر سے باہر نکلی۔ لیکن پھر واپس نہیں لوٹی جب میں کام ختم کر کے گھر لوٹا تو والدہ سے پوچھا کہ میری بیوی کہاں ہے والدہ نے کہا کہ وہ کوڑا پھینکنے گھر سے باہر گئی مگر واپس نہیں لوٹی میں کئی بار گھر سے باہر نکل کر اسے دیکھنے لگی ہوں مگر نظر نہیں آئی میں خود بھی بہت زیادہ پریشان ہوں میں سمجھ گیا کہ والدہ نے گھر کے کاموں پر اعتراض کیا تھا بس اسی کی وجہ سے اس نے گھر چھوڑا ہے ساری رات پریشانی کے عالم میں گزری۔ نیند نہیں آرہی تھی تھوڑی دیر کے لیے میری آنکھ لگ گئی نیند میں دیکھتا ہوں کہ میری بیوی مجھے کہتی ہے کہ میں نے تمہاری والدہ کے اعتراض پر گھر چھوڑ دیا ہے۔ اگر تم سے کیے گئے وعدے کا خیال نہ ہوتا تو تمہاری آنے والی باقی تسلیں جنات کی طرح پیدا ہوتیں۔ اسکے جانے کے بعد بچے بھی ماں کے ساتھ غائب ہو گئے۔ والدہ تو کچھ پہلے سے کمزور تھیں پھر میری پریشانی کو دیکھتے دیکھتے زیادہ بیمار رہنے لگیں اور پھر اس دنیا فانی سے رخصت ہو گئیں۔ آج واقعے کو گزرے ہوئے تقریباً 53 سال کا طویل عرصہ گزر چکا ہے۔ آج تک ہمارے خاندان میں جتنی شادیاں ہوئیں ہیں اور ہوتی رہیں گی ہم باقاعدہ اس چڑیل کی نذر کبھی، سات قسم کے فردوس اور گلاب کے

میں میاں محمد جو کہ پشاور کی ہوں۔ میری مادری زبان ہندکو ہے میں پشاور کے نواحی علاقے لاہوری گیٹ جھنڈا بازار پشاور میں رہتا تھا۔ ایک دفعہ میں کام ختم کر کے رات گئے گھر واپس آ رہا تھا۔ میرا پیشہ نانہائی کا کام تھا۔ 8 اگست 1954ء کی یہ رات بہت گرم تھی۔ جتنی ہوئی گرم لو چل رہی تھی اچانک مجھے پیچھے سے کسی عورت کے قدموں کی آہٹ سنائی دی۔ جیسے کسی عورت نے پاؤں میں پاڑی بپنے ہوں۔ میں نے قدموں کی آہٹ سن کر بھی پیچھے مڑ کر نہ دیکھا۔ کیونکہ سڑک بالکل سناں تھی اور ایسے آدھی رات میں پیچھے مڑ کر دیکھنا خطرے سے خالی نہ تھا۔ میں مسلسل اپنی منزل کی طرف رواں تھا۔ کیونکہ اتنی سخت گرمی میں مجھے گھر پہنچنے کی جلدی تھی۔ اچانک پیچھے سے اس عورت نے آواز دی۔ کہ اے آدم ذات رک جا۔ اور اتنے رات گئے تم کہاں سے لوٹ رہے ہو۔ میں ہر روز تمہیں اس راستے پر آتے ہوئے دیکھتی ہوں۔ میں تم سے شادی کی خواہش مند ہوں۔ میں اس عورت کے چہرے کی طرف ہی دیکھ رہا تھا کیونکہ میں نے آج تک اتنی خوبصورت حسینہ نہیں دیکھی تھی۔ اچانک میری نظر اس کے پاؤں کی طرف پڑی۔ اس عورت کے پاؤں بالکل پیچھے کی طرف مڑے ہوئے تھے۔ اس کے پاؤں کی طرف دیکھ کر میرے ہوش و حواس نے کام کرنا چھوڑ دیا۔ اتنے میں وہ عورت مجھ سے کہنے لگی کہ اے آدم ذات مت ڈر۔ میں چڑیل ہوں اور میرا تعلق جنات کے قبیلے سے ہے میں انسانوں کی دنیا میں زندگی گزارنا چاہتی ہوں میں تم سے شادی کے لیے اسلام قبول کر کے مسلمان بھی ہو جاؤں گی۔ میں شادی کے بعد تمہارے ساتھ بالکل مکمل طور پر انسانوں کی طرح زندگی گزار دوں گی۔ مگر میری کچھ شرائط ہیں۔ وہ یہ کہ میں گھر کا جھاڑو نہیں لگاؤں گی۔ آگ نہیں جلاؤں گی چھری سے جو کام کیے جاتے ہیں وہ نہیں کروں گی باقی تمام عمر ایک وفادار بیوی کی طرح تمہارے ساتھ زندگی گزار دوں گی میں اس چڑیل کو مسلمان کر کے اسکے ساتھ شادی کر کے اسے اپنے گھر لے آیا۔ اسکے وعدے کے مطابق میں اسکے ساتھ اسی طرح

پھولوں اور دیکھی گئی میں حلوہ پکا کر دیتے ہیں اگر نہ دیں یاد دینا بھول جائیں تو ضرور کوئی نہ کوئی نقصان اٹھانا پڑتا ہے۔ مثال کے طور پر میرے ماموں یعنی اخلاق احمد کے ماموں کی شادی 16 اگست 1988ء میں ہوئی۔ میری ثانی کو انکی نذر دینا بھول گئی۔ ماموں کا گھر ہی آباد نہ ہوا۔ ثانی دماغی مریض بن گئی اپنے ہوش و حواس کھو گئی طویل بیماری گزارنے کے بعد اس دنیا فانی سے رخصت ہو گئیں ماموں جبکی شادی ہوئی تھی شادی کے بعد تقریباً 10 دنوں کے بعد بیمار ہو گئے بس انکے منہ پر ایک بات تھی کہ کوئی عورت ہے جس نے گلے میں لوہے کی زنجیر پہنی ہوئی ہے اپنے گلے سے اتار کر میرے گلے میں ڈال دیتی ہے پھر ہم اپنے ماموں کو کسی عامل کے پاس لے گئے انہوں نے دم وغیرہ کیا پھر انہوں نے کہا کالا بکرا لا کر دو تا کہ تمام مصیبتیں ٹل جائیں۔ پھر ہم نے ایسے ہی کیا۔ اللہ تعالیٰ کا بڑا کرم ہوا ماموں کو دوبارہ صحت یابی نصیب ہوئی۔

(بقیہ: حسن کے کھار کی اہم تدابیر)

ہاتھ پاؤں کی حرکت، گردن اور سر کی پوزیشن میں کسی قسم کی انطمین اور کشیدگی نہیں ہونی چاہیے۔ اسی طرح یہ بھی ضروری ہے کہ جسم سڈول ہو، تو تھوڑی ہوئی نہ ہو۔ بڑی تو تھوڑا لے ہاوم پیچھے کی طرف جھکے نظر آتے ہیں۔ جس سے ان کی چال ہی بدل جاتی ہے جسے "خوب صورت" قرار نہیں دیا جاسکتا۔ ورزش اور غذائی احتیاط کے ذریعے سے ہی جسم سڈول اور سرو کے درخت کی طرح خوب صورت نظر آتا ہے۔ سیدھے کمرے رہنے اور پر وقار انداز میں چلنے کو معمول بنا لیجئے۔ نہ اتنے ست چلیے کہ آپ بیمار نظر آئیں اور نہ اتنے تیز کہ وحشت و جھٹ کے شکار دکھائی دیں۔ سر سیدھا رکھیے۔ گویا دلوں کو آپ کا سر چھو رہا ہو۔ اس طرح آپ کے کندھے بھی سیدھی اور درست لائن میں رہیں گے۔ سونے کے دوران ہیکے زیادہ اونچا نہیں ہونا چاہیے۔ دواغچے سے زیادہ اونچا ہیکے استعمال نہ کیجئے۔ سونے کیوں سے گردن کے آخری حصے میں درد ہو جاتا ہے جس سے سر میں درد ہونے کی وجہ سے آپ جھک کر چلنے پر مجبور ہوتے ہیں۔ کشیدگی سے بچئے یعنی آپ کے چہرے پر کھنچاؤ یا ٹینشن کے آثار نہیں ہونے چاہئیں اس سے حسن عمارت ہو جاتا ہے۔ ہر رات سونے سے پہلے اپنی پیشانی میں کھنچاؤ پیدا کیجئے اور پھر گردن سے ہر ٹنگ اسی طرح کھنچاؤ پیدا کر کے جسم کو آرام دہ حالت میں لائیے۔ سر سے ہر ٹنگ یہ عمل آٹھ مرتبہ کیجئے۔ کھنچاؤ اور اس میں کی کا یہ عمل دھیرے دھیرے کرنا چاہیے۔ اس سے نیند بھی اچھی آئے گی اور آپ کے چہرے کے علاوہ پورے ہی جسم کو کشیدگی سے نجات مل جائے گی۔ صبح و شام ورزش ضرور کیجئے تاکہ عضلات کسے ہوئے ہوں اور جسم میں توانائی بھری ہوئی ہو۔ اس سے خود اعتمادی بڑھتی ہے اور خود اعتمادی سے شخصیت خوب صورت اور پرکشش ہو جاتی ہے۔

ذکر الہی، تہجد اور تلاوت کے سائنسی فوائد

طریقہ علاج (علامہ اقبالؒ کے نیک کالج کا مطالعاتی پروگرام)

مندرجہ بالا نظریے کی عملی تصدیق کیلئے علامہ اقبال میڈیکل کالج، سرسبز ہسپتال لاہور کے شعبہ علاج نفسیاتی و دماغی امراض میں ایک مطالعاتی پروگرام وضع کیا گیا یہ تجرباتی پروگرام تقریباً آٹھ نو ماہ (جنوری ۱۹۸۵ء تا ستمبر ۱۹۸۵ء) تک جاری رہا۔ مریضوں کو ملی جلی جماعتوں میں تقسیم کیا گیا پہلی جماعت کو ”علاج بال تہجد جماعت“ (مطالعاتی جماعت) قرار دیا گیا اور دوسری کو ”جزوی محرومی خواب جماعت“ (نگران جماعت) کا نام دیا گیا مریضوں کی کل تعداد چونتھ تھی اور دونوں جماعتوں کے ارکان کو عمر، جنس، تعلیم اور معاشرتی رابطے کی مناسبت سے گروپوں میں تقسیم کیا گیا ہر جماعت میں مریضوں کی مجموعی تعداد ۳۲ تھی جن میں بیس مرد اور بارہ عورتیں شامل تھیں۔

یہ ڈیپریشن کے ایسے وقت طلب مریض تھے جو عرصہ دراز تک مختلف دوائیاں بغیر کسی استفادہ کے استعمال کر چکے تھے۔ تجربے کے دوران تمام مریضوں کی دوائیاں بند کر دی گئیں۔ دونوں گروپوں کیلئے سحر خیزی (۴ تا ۲ بجے) لازمی قرار دی گئی۔ مطالعاتی جماعت کو مصروفیت کے طور پر ذکر، عبادت و تلاوت تہجد اور مندرجہ ذیل آیات قرآنی کا سوسو دفعہ ورد کرنے کی ہدایت کی گئی۔

۱۔ لَا يَذْكُرُ اللَّهُ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ

۲۔ وَإِذَا مَرَضْتُ فَهُوَ يَشْفِينُ

مریضوں کو ہدایت کی گئی کہ اس دوران نرم دلی کے ساتھ ان اذکار پر توجہ مرکوز کریں اور دلی آمادگی اور پوری سنجیدگی کے ساتھ خدا کی قربت کو محسوس کرنے کی کوشش کریں۔ نگران جماعت یا کنٹرول گروپ کیلئے بھی دو گھنٹے کیلئے جائے رہنا ضروری تھا اور انہیں ہدایت کی گئی کہ وہ یہ وقت فارغ بیٹھنے کی بجائے گھر کے چھوٹے موٹے کام یا پڑھائی جیسی مصروفیات میں صرف کریں۔ دوران علاج مریضوں کو جانچ قبل از علاج کیفیت کے ساتھ موازنے کے طور پر کی گئی۔ یہ جانچ ہفتے میں دو بار ہوتی رہی اور علاج شروع ہونے کے چار ہفتے بعد مریضوں کو (Hamilton Depression Rating Scale) پر موضوعی اور مصروفی دونوں سطحوں پر

جانچا گیا۔ حتمی رپورٹ کی بنیاد معالجین (دماغی و نفسیاتی) کے مریض کے ساتھ انٹرویو اور مریض کے ڈیپریشن کی شدت کی پیمائش کو بنایا گیا۔ حتمی نتائج میں یہ نوٹ کیا گیا کہ مطالعاتی جماعت کے ڈیپریشن میں نگران جماعت کی نسبت واضح کمی ہوئی۔ حتمی نتائج کی تفصیل و توضیح یہ ہے۔

نتائج

چار ہفتے علاج کے بعد صحت یاب	غیر متاثر	کل
۲۵	۷	۳۲
۵	۲۷	۳۲
۳۰	۳۳	۶۳

آئیے مطالعاتی جماعت پر ایک نظر ڈالیں۔ ۳۲ مریضوں میں ۲۵ فیصد یعنی ۷۸ فیصد (۱۵ مرد اور ۱۰ عورتوں) نے اپنی بیماری سے نجات حاصل کی جبکہ مریض یعنی ۲۱.۹ فیصد (۵ مرد اور ۲ عورتیں) کوئی بھی مثبت نتیجہ برآمد نہ کر سکے۔ دوسری طرف نگران جماعت میں ۳۲ میں سے صرف ۵ مرض سے نجات حاصل کر سکے جبکہ ۲۷ مریض (۸۴.۳ فیصد) ۱۶ مرد اور ۱۱ عورتیں) کوئی مثبت نتیجہ دکھانے میں ناکام رہے۔ یہ نتائج (اعداد و شمار) اہم ہونے کے ساتھ ساتھ زیر بحث مفروضے کو ثابت کرتے ہیں یعنی مطالعاتی جماعت جس کے ارکان دلجمعی سے ذکر الہی، تہجد اور تلاوت آیات کرتے رہے مثبت نتائج دکھانے میں کامیاب رہے۔ نگران جماعت کے نگران جو صرف جاگتے رہے اور صرف گھر لو کام کاج میں مصروف رہے بہتر نتائج نہ دکھا سکے۔ صلوٰۃ تہجد ایک مسلمان کیلئے دینی اہمیت کی حامل ہے جیسا کہ مندرجہ ذیل آیات قرآنی باور کروا رہی ہے۔ ”وَمِنَ الْاٰیٰتِ فَحَجَّجْہُ بِہٖ نَافِلَتَ لَکَ“ اور رات کے کچھ حصے میں تہجد بھی پڑھ لیا کیجئے (جو) آپ کے حق میں زائد چیز ہے۔ (سورۃ بنی اسرائیل ۷۹) یہ مریضوں کیلئے سیدھے راستے کی طرف رہنمائی کراتی ہے اور اس پر عمل بحیثیت ”علاج برائے مڑگان“ بشرطیکہ دلجمعی، لگن اور عقیدت و محبت سے کیا جائے تو یقیناً خوش آئند ہوگا اور بیماری کے مضر اثرات کم کرتے کرتے زندگی پر خوشگوار اثر مرتب کرے گا۔ کیونکہ ذکر الہی سے اندرونی چین اور اطمینان قلب حاصل ہوتا ہے۔

(بقیہ: سورۃ فاتحہ سے نامکمل کیسے ممکن ہوا)

☆ اٹھتے بیٹھتے نہایت کثرت اور نہایت ہی کثرت سے ہر لمحہ ہر ساعت ایک نغیدہ ایسا کستھن پڑھیں۔ اتنا پڑھیں کہ روزانہ ہزاروں کی تعداد میں ہو۔ اگر فائدہ زیادہ چاہتے ہیں تو ۲۱ دن میں یا ۴۱ دن ایک نغیدہ ایسا کستھن کا سوا لاکھ خود پڑھیں یا صرف گھر والے دوسروں کو اکٹھا کر کے نہ پڑھائیں۔ اس طرح سوا لاکھ سوا ۳۱ لاکھ سوا ۵۱ لاکھ جتنا زیادہ اتنا نفع زیادہ۔ عمل پڑھتے ہوئے خالص اللہ تعالیٰ کی طرف رجوع دھیان توجہ اور بھکاری بن کر عمل کریں اور کامل یقین کے ساتھ کہ اللہ ضرور ضرور میری مشکل حل فرمائے گا اپنی مشکلات کا تصور کرتے ہوئے عمل کریں۔ ۴۰ دن حد ۹۰ دن پڑھیں اور اگر زندگی بھر کا معمول بنالیں تو پھر حیرت انگیز مشاہدات نصیب ہوں گے۔ خواتین مجبوری کے دن بعد میں پورے کر لیں۔

یہ نفل بھی ساتھ پڑھیں یہ عمل جمیع مشکلات اور کامیابیوں کے لئے آزمودہ اور تجرب عمل ہے جب ظاہری تدبیر کارگر نہ ہو پھر اس کا کمال دیکھیں کسی بھی وقت دن میں یا رات میں توجہ دھیان خوشحاضوع سے دو رکعت نماز نفل پڑھیں جیسے کہ عام نفل پڑھتے جاتے ہیں یعنی سورۃ فاتحہ کے بعد کوئی سورۃ ملا لیں اگر آسانی ہو اور یا سورۃ سورۃ یٰسین ہر رکعت میں پڑھ لیں سلام پھیرنے کے بعد اسی جگہ بیٹھے ہوئے اول آخروہ و شریف ابراہیمی ۳ بار اور درمیان میں سورۃ یٰسین ۳ بار پڑھیں اور پھر بھکاری بن کر اللہ تعالیٰ سے دعا کریں پڑھتے ہوئے خالص اللہ تعالیٰ کی طرف توجہ اور دھیان ہو یہ نفل ۴۰ دن حد ۹۰ دن کریں ورنہ زندگی بھر کا معمول بنالیں۔ چاہیں تو دن میں کئی بار بھی یہ نفل پڑھ سکتے ہیں ورنہ ایک بار ضرور پڑھیں۔

(بقیہ: سنہری دن رات گزارنے کے سنہری راز)

آپ نے اس میں رہنا ہے۔ اور اس کو بہتر بنانا ہے۔ آپ ہر قسم کے حالات زندگی سے لطف اندوز ہو سکتے ہیں۔ آپ کا حقیقت پسندانہ رویہ اس کا تعین کرے گا۔ ہمیشہ حقیقت کو تسلیم کریں اور اس پر عمل کریں جو آپ یونیس کے وہ ہیں کا نہیں گئے۔ ہر ایک کا کوئی نہ کوئی دشمن ضرور ہے ہمیشہ دوستی سے رہیں ہر ایک کو پسند کریں۔ اسکی مثال اس طرح سے ہے کہ دو بچے گیند بلا کھیل رہے ہیں۔ ایک بچہ گیند بلا لیکر اپنے گھر چلا جاتا ہے اور دوسرا بچہ اپنا گیند بلا لیکر آ جاتا ہے لیکن دونوں کھیل سے باہر ہو جائیں گے کیونکہ ایک دوسرے کے بغیر کھیل نہیں سکتے۔ جو لوگ کھیل کے قوانین کی پابندی نہیں کرتے ان کو کھیل سے باہر نکال دیا جاتا ہے۔ اس طرح زندگی کے آپ دوسرے لوگوں میں کامل نمود نہ دیکھنے کے بجائے زندگی کے چھوٹے چھوٹے پہلوؤں سے لطف اٹھانا شروع کر دیں قدرت کی تعریف کریں اس کا شکریہ ادا کریں۔ اپنی زندگی کے برے حالات کی طرف بھی خوش کن رویہ اختیار کریں۔

شکوہ نہ کریں

توجہ طلب امور کے لئے پتہ لکھا ہوا جوابی لفاظہ نہیں بھیجا تو جواب نہ ملے گا بغیر پتہ لکھے جوابی لفاظہ نہ بھیجیں اس پر اپنا پتہ ضرور لکھیں۔

سنہری دن رات گزارنے کے سنہری راز

(تحریر: ڈاکٹر زاہد جاوید)

کو بڑھا سکتا ہے۔ آپ کی شادی کو کامیاب کر سکتا ہے اور آپ کے اپنے کام کو بہتر کر سکتا ہے۔ ایسا شخص جس میں خود اعتمادی کا فقدان ہوگا، وہ دوسرے لوگوں کی تعریف کرنے میں مشکل محسوس کرے گا۔ اس کے پاس تعریف کرنے کے لئے الفاظ ہی ختم ہو جائیں گے۔ دوسرے لوگوں کے ساتھ تعلقات بنانے کا بہترین طریقہ یہ ہے کہ جب آپ پہلی دفعہ کسی شخص کو ملیں تو اس سے اپنے اختلاف پر زور نہ دیں ممکن ہے کہ اس کا نظریہ آپ سے ملتا جلتا نہ ہو لیکن دوسرے کئی پہلوؤں میں آپ کا اتفاق ہو سکتا ہے۔ ہمیشہ ایسے پہلوؤں پر گفتگو کریں جن پر دونوں کا اتفاق ہو۔ اسی طرح آپ کی دوستی بڑھنا شروع ہو جائے گی اگر آپ کامیاب دوستی چاہتے ہیں تو چار نکاتی پروگرام پر عمل کریں۔

☆ دوسرے لوگوں کو قبول کریں۔ ☆ وہ جو کام کر رہے ہیں اسے پسند کریں۔ ☆ اپنا لب و لہجہ دہیما رکھیں۔ ☆ اپنے خیالات کا اظہار کریں۔

دوسروں کو قبول کرتے وقت مندرجہ ذیل باتوں کا خیال رکھیں ☆ کم طرف لوگوں سے بچیں ☆ تعصب اور بدگمانی سے بچیں ☆ دوسروں کی صرف اور صرف غلطیوں کا انتخاب کرنے سے بچیں ☆ غرور اور تکبر سے بچیں ☆ زندگی کو قبول کر لیں جیسی ہے۔

اگر آپ اپنے آپ کو اور دوسرے لوگوں کو قبول کر لیتے ہیں تو پھر آپ اپنی زندگی کو بھی آسانی سے قبول کر لیں گے چاہے وہ کس طرح بھی گزر رہی ہے۔ آپ کی زندگی بری ہے یا اچھی اس کے ہر پہلو کو قبول کر لیں۔ (بقیہ صفحہ نمبر 8 پر)

خوشخبری

ملک بھر سے محنتی، تجربہ کار اور صاحبِ اخلاص احباب کی ضرورت ہے جو عبقری کے زیادہ سے زیادہ سالانہ نمبر بنانے میں مدد کریں۔ دس سالانہ نمبر بنانے پر ایک اعزازی سالانہ نمبر شپ دی جائیگی خواہش مند حضرات فوری رابطہ کریں۔

فون 042-7552384 سوبائل نمبر 0322-4688313

اپنے آپ کو کم عقل سمجھنا چھوڑ دیں۔ آپ اپنی زندگی کی خامیوں کو اس وقت تک دور نہیں کر سکتے جب تک آپ ان کو تسلیم نہیں کرتے۔ جونہی آپ ان کو تسلیم کرتے ہیں تو آپ اپنے آپ کو صحیح کرنا شروع کر دیتے ہیں۔ پھر آپ یہ سمجھنا شروع کر دیں گے کہ آپ کیا ٹھیک کر سکتے ہیں اور کیا ٹھیک نہیں کر سکتے اور آپ دیکھیں گے کہ بہت ساری ایسی کمزوریاں ہیں جو آپ ٹھیک کر لیں گے کہ کچھ کمزوریاں ایسی بھی ہوں گی جن کو آپ ٹھیک نہیں کر سکتے مثلاً آپ قد میں چھوٹے ہیں لیکن اس کو بڑا نہیں کر سکتے۔ قدرتی چیزوں کو تبدیل نہیں کیا جاسکتا لیکن آپ ان کو قبول کر سکتے ہیں۔ ان کو تبدیل نہیں کر سکتے۔ سب سے بہتر یہ ہے کہ اپنا مثبت رویہ اپنے قد کے بارے میں اپنائیں۔ یہ کہ میں قد میں چھوٹا ہوں لیکن اس طرح کے بہت سے لوگ ہیں۔ اس طرح آپ اس کو قبول کر لیں گے۔ اسی طرح آپ میں بے شمار خامیاں نہیں ہیں۔ کیا میں حاسد ہوں؟ کیا میرے اندر بہت زیادہ غصہ ہے؟ کیا میری زبان بہت تیز ہے؟ کیا میرے اندر خود اعتمادی کا فقدان ہے؟ کیا میں خود غرض ہوں؟ کیا میں اپنے آپ سے نفرت کرتا ہوں؟ یا میں لوگوں سے ڈرتا ہوں وغیرہ اس طرح آپ ان تمام کمزوریوں کو باری باری ختم کر سکتے ہیں۔ آپ اس وقت تک کامیاب نہیں ہو سکتے جب تک آپ دوسرے لوگوں کو اسی طرح قبول نہیں کرتے جیسے وہ ہیں اور نہ ہی دوستی حاصل کر سکتے ہیں۔ ایک معالج مریض کا علاج اس وقت تک نہیں کر سکتا، جب تک اس کے مسئلے کو دلچسپی اور ہمدردی کے ساتھ نہ سمجھے اور یہ صرف اور صرف حقیقی قبولیت سے ہی ممکن ہو سکتا ہے۔ جب آپ کسی دوسرے شخص کو اس طرح قبول کر لیتے ہیں جس طرح کہ وہ آپ کو قبول کر لیتا ہے اور پھر آپ اس میں ایسی چیزیں تلاش کرنا شروع کر دیں جو قابلِ تعریف ہیں۔ پھر ان کی تعریف کرنا شروع کر دیں جو قابلِ تعریف ہیں۔ کیونکہ ہر شخص میں کوئی نہ کوئی قابلِ تعریف بات ضرور ہوتی ہے۔ تعریف کرنے کی کوئی قیمت نہیں لگتی لیکن آپ اس کی مدد سے بہت زیادہ دوست بنا سکتے ہیں۔ یہ آپ کی آمدنی

عزت نفس کو بحال رکھنے کے لئے بیکار، فرسودہ اور شکست خوردہ تصورات ختم کر دیں۔ اس قسم کی باتیں کرنا چھوڑ دیں کہ آپ کے ساتھ نا انصافی ہو رہی ہے اور آپ مظلوم ہیں۔ آپ کی حالت قابلِ رحم ہے۔ اچھا تخیل بنانے کیلئے پریکش شروع کر دیں۔ دوسرے لوگوں کی زیادہ قدر کرنا شروع کر دیں اور ہر شخص کو اس نقطہ نظر سے دیکھیں کہ وہ بھی اللہ کی مخلوق ہے اور انسان ایک قیمتی چیز ہے۔ دوسرے لوگوں کے ساتھ اس طرح کا رویہ رکھیں جس طرح آپ اپنی ذات کے بارے میں رکھتے ہیں اور پھر آپ دیکھیں گے کہ آپ کی عزت نفس حیران کن طریقے کے ساتھ اوپر جانا شروع ہو جائے گی۔ اپنے آپ کو تمام خامیوں اور کمزوریوں کے ساتھ قبول کرنے کو ہی قبولیت کہتے ہیں۔ اگر آپ اس طریقے پر عمل کرتے ہیں تو آپ کے اندر قبولیت کا عنصر پیدا ہو جائے گا۔

☆ میں اپنے آپ کو قبول کروں گا، میں جیسا بھی ہوں۔ ☆ میں دوسرے لوگوں کو قبول کروں گا، وہ جیسے بھی ہیں۔ ☆ میں اپنی زندگی کو قبول کروں گا، وہ جیسی بھی ہے۔

اگر آپ لوگوں کے ساتھ بہتر رشتہ استوار کرنا چاہتے ہیں تو آپ کے لئے یہ جاننا ضروری ہے کہ آپ اپنی ذات کے ساتھ کیا رویہ اختیار کرتے ہیں۔ جو رویہ آپ کا اپنے بارے میں ہو گا وہی دوسروں کے بارے میں نمائندگی کرے گا۔ اگر آپ کو اپنے آپ پر بھروسہ نہیں تو پھر آپ کو دوسروں کے ساتھ محبت نہیں ہے تو اپنے ساتھ بھی محبت نہیں کریں گے۔ اگر آپ کے اندر سکون نہیں ہے تو پھر آپ اپنے مسائے کے ساتھ بھی سکون سے نہیں رہ سکتے ہیں۔ اگر آپ کی نظر میں آپ کی عزت نہیں ہے تو پھر دوسرے لوگوں کی بھی حقیقی عزت نہیں کریں گے۔ وہ شخص جو دنیا سے نفرت کرتا ہے۔ حقیقت میں اپنے آپ سے نفرت کرتا ہے۔ اپنے آپ سے بھی غصے میں رہتا ہے اس لئے اللہ تعالیٰ نے قرآن پاک میں ہدایت فرمائی ہے کہ اپنے مسائے کے ساتھ اچھا سلوک کرو۔ جس سے آپ کے مثبت رویے کی نمائندگی ہوگی۔ پہلا قدم یہ ہے کہ آپ اپنے آپ کو غلطیوں، کمزوریوں سمیت قبول کر لیں اور

بے گمان پائے کے لیے ایک خصوصی وظیفہ

﴿الغفار﴾

﴿بہت گناہ بخشے والا﴾ ﴿عدد=۱۲۸﴾

غفار، غفر سے مشتق ہے۔ غفر کے معنی پردہ ڈالنا ہے۔ غفار وہ ذات ہے جو خوبی کو ظاہر کرے اور برائی پر پردہ ڈالے۔ (امام غزالی) غافر کے معنی میں مبالغہ ظاہر کرنا ہو تو غفار کا استعمال کیا جاتا ہے اور غفور میں غافر سے زیادہ مبالغہ ہے۔ (شیخ عبدالحق محدث دہلوی)

مغفرت خداوندی کا مقصود ہے بندوں کے گناہوں کی پردہ پوشی فرمانا اور ان پر فضل و رحمت فرمانا۔ مشکوٰۃ شریف میں ایک حدیث قدسی ہے کہ اللہ تعالیٰ ارشاد فرماتے ہیں۔ "اے میرے بندے اگر تو زمین بھر گناہ لے کر میرے پاس آئے گا تو میں زمین بھر مغفرت لے کے تیرے پاس آؤں گا لیکن اس شرط کے ساتھ کہ تو شرک نہ کرے۔"

اللہ تعالیٰ نے بندے کے ہر طرح کے عیوب کو پوشیدہ رکھا۔ انسانی جسم کی اندر نئی غلاظتوں کو مخفی رکھا مگر چہرے کے حسن و جمال کو ظاہر کر دیا۔ روحانی عیوب مثلاً حسد، کینہ، بغض وغیرہ کو مخفیہ رکھا اگر اس کا اظہار لوگوں پر ہوتا تو لوگ اس کی جان کے در پے ہوتے۔ اسی طرح بندے کے گناہوں کو چھپایا حالانکہ اپنے گناہوں کے سبب بندہ اس

قابل تھا کہ اسے ذلیل و خوار کیا جاتا۔ لہذا جو شخص اس اسم پاک "غفار" کا مظہر ہو اسے چاہئے کہ لوگوں کے گناہوں سے درگزر کرے اور ان کے عیوب پر پردہ ڈالے۔

اورادو وظائف:

مغفرت و وسعت رزق: ☆ جو شخص نماز جمعہ کے بعد اس اسم کو سو بار پڑھے گا اس پر انشاء اللہ تعالیٰ مغفرت خداوندی کے آثار ظاہر ہونے لگیں گے اور ہر رنگی رنغ ہوگی اور بے شمار رزق ملے گا۔ ☆ توبہ پر قائم رہنے اور گناہوں سے مغفرت کیلئے ۲۸۱ دفعہ درمیں رکھنا چاہیے۔ ☆ اگر کوئی شخص جمعہ کی نماز کے بعد سو دفعہ کہے "یا غفار اغفر لی ذنوبی" تو اللہ تعالیٰ اس کا نام بخشے ہوئے لوگوں میں درج فرمائے گا۔ ☆ اگر کوئی شخص مقدمہ میں راضی نامہ کرنا چاہے اور فریق ثانی نہ ماننا ہو تو ظہر کی نماز کے بعد تین ہزار بار "یا غفار" پڑھے اور پھر دعا کرے انشاء اللہ تعالیٰ فوراً مقصود حاصل ہوگا اور مخالف خود بخود التجا کرے گا۔

کافروں سے عزت کے طلب گار

صحابی رسول حضرت ابو بکر صدیقؓ سے روایت ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا: جو مسلمان اپنی نسبت و تعلق کافروں کے ساتھ جوڑے گا اور کفریہ اعمال میں عزت و شرافت تلاش کرے گا قیامت میں اس کا سزا خردوں کے ساتھ ہوگا۔ ﴿مجمع الزوائد﴾

حیرت انگیز حافظہ ناممکن نہیں

(داعی بن اور طالب علم خاص طور پر اس کتاب کو پڑھیں) ۱۰۱ میں جتنے بھی لوگ باکمال بے مثال بنے ہیں۔ ان کی خاص وجہ لازماً حافظہ اور بہترین یادداشت ہے۔ اس ورثے کے حصول کے لیے لوگوں نے کیا کیا چلتی پھرتی تہذیبیہ سبب اختیار کیے ہیں مگر وہ سب غبار میں ہیں جن کی کوئی سرکشی۔ ان کا حلقہ کا ولی کا خطبہ ہے۔ ان کو تو کتب و کتب کے ساتھ ساتھ ان کی روحیت و ان کی شان اعلیٰ مراد میں ایک روحانہ ذوق و راجحہ ہے۔ ان کی تہذیب جاتا ہے۔ ایسے دور میں چند ایسے لوگ بھی ہیں جن کے اندر ظنون خدا کی خدمت کا جذبہ اور توبہ ہے وہ اپنا عین نام تعلق کی خدمت کے جذبے کو لیکر چلتے ہیں۔ یہ کتاب اس خدمت کے جذبے کا نام ہے کہ آپ اپنی یادداشت حافظہ کو کس طرح بہتر بنائیں کتاب کیا ہے ایک تھک جو گھر کے ہر فرد اور مگر کے ہر شخص کی ضرورت ہے ☆ کتاب میں دماغ کے اندر حافظہ کی وجہ اس کے اسباب پھر اس کے علامات حتیٰ کہ اسکا شافی علاج دیا گیا ہے۔ ☆ کندہ دینی نالائق یا تباری ایک نہایت آسان لیکن حقیقی مضمون جو آپ کو اور آپ کی اولاد کو اس قابل بناسکا ہے کہ وہ اعلیٰ نمبروں اور اعلیٰ پوزیشن لیں حتیٰ کہ اس ایک مضمون کو پڑھ کر شاید آپ کو پھر کسی کی مدد کی ضرورت نہ رہے ☆ تین اشیاء کے مسائل کے لیے نہایت حیرت انگیز اور آزمودہ طریقے نادر انداز اور بہترین نسخے جس کو پڑھ کر علماء اور والدین ترقی کے درجات نہایت آسانی سے ملے کر سکیں گے ☆ اس کتاب میں عنوان ہے آپ میں گم رہنے والے بچے پلیر مضمون مضرب و مضرب میں کتاب میں جاتے ہیں یہ مضمون پڑھ کر بے شک خداوندی شان میں شرف و عیش عیش کرائیں کہ واقعی کتاب اس قابل ہے کہ انسانی جان بے شک اس کے اسرار پر ایک عنوان ہے اسکی تفسیر پڑھ کر آپ خود یا پھر اپنی سلسلوں کو کندہ دینی اور ناکامی سے بچا سکتے ہیں ☆ انوکھی بات یہ ہے سو کے قریب عقلمند کے ذاتی بننے کے راز اور آزمودہ تجربات اور نسخہ جات جو بنانے میں نہایت آسان اور دراز ان اور زلت میں نوری اثر۔ آئیے اس کتاب کو پڑھیں اور وہادیں۔

جنات لوگوں کو دین سے دور ہونے کی بنا پر چمکتے ہیں۔

ایک دن ہمارے شیخ نے ایک ایسے نوجوان کو دم کیا جسے جن چمک گیا تھا، دوران علاج جن سے درج ذیل گفتگو کا تبادلہ ہوا

شیخ: آپ کون ہیں؟ **جن:** میں شیخ فرج ہوں، اپنے قبیلہ کا سردار ہوں۔ **شیخ:** آپ اس نوجوان انسان کو کیوں چمکے ہیں؟ **جن:** (الشیخ سے غصیلے لہجے میں سوال کرتا ہے) تم اس نوجوان کو تک کیوں کرتے ہو؟ کیا تم چاہتے ہو کہ میں اب اس سے نمٹوں جو اس نوجوان کو تک کرتا ہے؟ **شیخ:** کیا آپ مسلمان ہیں؟ **جن:** جی میں مسلمان ہوں اور اللہ سے ڈرتا ہوں۔ **شیخ:** کیا آپ جانتے ہیں کہ خوشی، غم اور غضب وغیرہ عارضی صفات ہیں۔ یہ کسی وقت بھی انسان پر ظاہر ہو سکتی ہیں۔ اور کسی بھی وجہ سے ہو سکتی ہیں اور یہ وہ اوصاف ہیں جو انسانوں اور جنوں دونوں میں یکساں جاری ہیں؟ **جن:** جی ہاں! معاملہ تو اسی طرح ہے، لیکن چاہتا ہوں کہ میں ذرا پاؤں سیدھے کر لوں کیونکہ میں ایک عمر سیدہ شیخ ہوں۔ (جن زدہ کو اچھی طرح جکڑ کر باندھ دیا گیا تھا۔) **شیخ:** آپ کی عمر کتنی ہے؟ **جن:** ۳۲۰ سال اور میرے زیادہ تر ساتھی وفات پا چکے ہیں۔ **شیخ:** اے شیخ فرج! یہ بتائیں آپ لوگوں کو اذیت کیوں دیتے ہیں؟ **جن:** کیونکہ یہ دین سے دور ہوتے ہیں اور اللہ تعالیٰ سے بھی دور ہوتے ہیں۔ **شیخ:** لیکن اے شیخ فرج! تمہارے جنات حضرات عام طور پر انسانوں پر مسلط ہوتے ہیں اور وہ نیک لوگوں کو بھی معاف نہیں کرتے تم انہیں سمجھتے کیوں نہیں؟ **جن:** ہمارا سب جنوں پر غلبہ نہیں ہو سکتا۔ **شیخ:** کیا اب آپ اس نوجوان انسان سے جانیں گے یا کیا ارادہ ہے؟ **جن:** میں عقیب بغیر کسی دم پڑے چلا جاؤں گا کیا آپ چاہتے ہیں کہ آپ میرے ساتھ یمن کا سفر کریں؟ **شیخ:** وہ کیسے ممکن ہے؟ **جن:** میں آپ کو اڑا کر لے جاؤں گا۔ **شیخ:** ہم اللہ تعالیٰ سے عافیت و سلامتی کا سوال کرتے ہیں۔ آپ صرف یہ کریں کہ اس انسان سے چلے جائیں نہ ہمیں اذیتیں اور نہ ہی ہم آپ کے ساتھ اڑ سکتے ہیں۔ اس کے بعد شیخ فرج جن چلے گیا اور نوجوان خوشی میں آگیا۔ اسے معلوم نہ تھا کہ کیا مبرا ہوا ہے۔!! (بحوالہ: کالی دنیا کالا جادو وظائف اولیاء اور سائنسی تحقیقات از حکیم محمد طارق محمود عبقری مجذوبی چغتائی)

خواتین پر چلتی ہیں

یہ سخی خاتمن کے روزمرہ خاندانی اور ذاتی مسائل کے لیے وقف ہے۔ خاتمن اپنے روزمرہ کے مشاہدات اور تجربات ضرور تحریر کریں۔ نیز صاف صاف اور عمل لکھیں چاہے بے ربط ہی کیوں نہ لگیں۔ (ام اور اق)

خاتمن کی بہت سے باتیں

میں ایف ایس سی کی طالبہ ہوں۔ میرے کپڑوں سے بہت بو آتی ہے، بغلوں کے پاس سے بہت زیادہ۔ حد یہ کہ چادر لیتی ہوں تو اس میں سے بو آتی ہے۔ میں کسی سہیلی کے پاس شرم کے مارے کھڑی نہیں ہو سکتی براہ کرم مجھے بتائیے اس کا علاج کیا ہے؟ (زابدہ یا مین۔ پشور)

☆ آپ نے یہ نہیں لکھا بدبو کس قسم کی ہے۔ بعض دفعہ کھٹی بو ہوتی ہے یہ بویاز کی طرح ہے یا شہد کی طرح ہمارے جسم میں قدرتی نظام ہے ذرا سی گڑبڑ سے یہ نظام درہم برہم ہو جاتا ہے۔ کچھ غذائیں ایسی ہوتی ہیں جن کے کھانے سے تکلیف ہو جاتی ہے۔ بہر حال آپ بڑا گوشت، سٹکے، کباب اور مچھلی نہ کھائیے۔ صبح ایک پیالی اٹھتے پانی میں ایک چمچ شہد اور ایک لیٹوں کا رس نچوڑ کر نہار منہ پی لیجئے۔ اس کے آدھ گھنٹہ کے بعد ناشتہ کیجئے۔ نیم کے پتے تھوڑے سے پانی میں جوش دے کر رکھئے۔ نہانے کے بعد یہ پانی جسم پر ڈالنے گلاب کے پھول کی پیتاں خشک کر کے رکھئے اور کسی نالکھ پاؤڈر میں ملا کر روزانہ بغلوں کے اندر لگائیے۔ روز نہائیے، نماز پابندی سے پڑھئے۔ پانچوں وقت وضو کرنے سے بہت فرق پڑتا ہے دور درشف بھی پڑھا کیجئے۔

بدبائی خلی

میرے تعلق دیندار مذہبی گھرانے سے ہے۔ میڈیکل کی طالبہ ہوں۔ ہمارے پڑوس میں ایچھے لوگ رہتے ہیں۔ ان میں ایک خاندان ہے گھریلو تعلق ہے۔ وہ بھی دیندار شریف لوگ ہیں۔ اس خاندان کا ایک لڑکا مجھ سے بہت محبت کرتا ہے۔ مجھے معلوم ہے میرے بغیر وہ رہ نہیں سکتا اور مجھ سے شادی کرنے کو تیار ہے۔ میری امی چاہتی ہیں اس سے اچھا رشتہ ملے۔ ایک بار ہم دونوں کو تنہائی میسر آگئی اور انجانے میں وہ کچھ ہو گیا جو نہیں ہونا چاہئے تھا۔ اب میں سوچتی ہوں میری شادی کسی اور سے ہوئی تو تمام عمر مجھے گناہ کا احساس رہے گا اور میں اس کے ساتھ خوش نہیں رہوں گی۔ اس لڑکے کیلئے بھی میرے دل میں نفرت کا احساس پیدا ہو گیا ہے مگر وہ لڑکا مجھ

کھا سکتی ہیں۔ ہری سبزیاں کھائیے۔ نئے میں دوبار آدھے لیٹوں کا رس ایک چمچ دودھ میں ملا کر چہرے پر ملنے دس منٹ بعد تین سے منٹ اسی جتنے۔ رات کا موم۔ تو پھر چھو بار رات وپانی میں بھج کر رات۔ چھو بار صبح کھانے کا ایک کاس دودھ پی جیتے۔

☆ آپ کا منہ خشک پی جاتی ہیں۔ تازہ سبزیاں اور ٹھیکے آپ کیلئے مفید ہیں۔ روزانہ ایک سیب، دو کیلے، ایک کھیرا اپنی غذا میں شامل رکھئے۔ ہفتے میں دو تین بار دس عدد سوکھی خوبانیاں پانی میں بھگو کر کھالیا کیجئے۔ اس دن بادام اور کشمش نہ کھائیے۔ وزن بھی بڑھ جائے گا، رنگ بھی صاف ہوگا۔ پانچوں وقت کی نماز پڑھنے سے چہرے پر رونق آ جاتی ہے۔ آپ نماز باقاعدگی سے پڑھئے۔

شادی میں

میں بی اے کی طالبہ ہوں۔ قبض کی وجہ سے شدید تکلیف ہے۔ دوا کھانے سے وقتی طور پر آرام آتا ہے۔ مجھے گوشت اور چٹ پٹی چیزیں پسند ہیں۔ دوپہر کو کالج میں برگر اور سمو سے ہوتے ہیں، وہی کھاتی ہوں۔ شام کو گھر آ کر کھانا کھاتی ہوں۔ اسپنول کھایا، اس سے فرق نہیں پڑا۔ دن میں دو بار پیپی کولا بھی پیتی ہوں، ہاضمہ ٹھیک نہیں رہتا۔ مجھے مشورہ دیجئے۔ (رابیہ عبین)

☆ آپ صبح اٹھ کر تازہ پانی کے چار گلاس روز پیا کیجئے۔ پھر نماز اور تلاوت سے فارغ ہو کر ہلکا سا ناشتہ کیجئے۔ پراٹھے، کباب، برگر، سمو سے ایک دو ماہ نہ کھائیے۔ کھیرے، نمائشی سلاد دوپہر کو ضرور کھا لیجئے۔ رات کو سات دانے خشک آلو بخارے کے کھانے سے آپ کے منہ کا ذائقہ ٹھیک ہو جائے گا۔ بھوک لگے گی، (بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)

قارئین کی تحریروں کا انتظار

☆ آپ نے کوئی نوٹکہ یا کسی بھی طریقہ علاج کو آزمایا اور تدرست ہوئے یا کسی مشکل کیلئے کوئی روحانی عمل آزمایا اور کامیاب ہوئے، آپ کے مشاہدے میں کسی پھل، ہنسی، ہیوے کے فوائد۔ ہوں۔ آپ نے کسی رسالے یا اخبار میں پڑھے ہوں ہمیں بھی جنت ہے۔ وقتی مشورہ ہوا ہو، کوئی دینی یا روحانی تحریر ہو۔ آپ نسخہ نہیں آتا چاہے بے ربط لکھیں لیکن ضرور لکھیں ہم نوٹ پلک سنوار لینگے، اپنے کسی بھی تجربے کو غیر اہم سمجھ کر نظر انداز نہ کریں شاید جو آپ کیلئے فیراہم اور عام ہو وہ دوسرے کی مشکل حل کر دے۔ یہ صدقہ چاہیے کہ غلطی خدا کو نفع ہوگا۔ انشاء اللہ۔ آپ اپنی تحریروں بذریعہ ای میل بھیج سکتے ہیں۔

ubqari@hotmail.com

پرسکون نیند کے سنہری اصول (مریلا اکرملہ راشنی)

نیند کا سب سے بڑا اور بنیادی اصول یہ ہے کہ آپ ذہنی طور پر مان لیں کہ نیند آنا کوئی مسئلہ نہیں اور اگر کچھ دنوں تک آپ کو نیند نہ آئے یا آپ پرسکون نیند نہ سو سکیں تو آپ کو اس کا کوئی دیر پا نقصان نہیں ہوگا۔ اگر آپ نیند کے متعلق سوچنا اور پریشان ہونا چھوڑ دیں گے تو یہ خود بخود بہتر ہو جائے گی۔ اپنے آپ کو ذہنی طور پر یقین دلاتے رہیں کہ ”نیند ضروری نہیں“ آرام ضروری ہے“ نیند متاثر ہونے کی وجوہات کا جائزہ لیں۔ ان وجوہات کو حل کرنے سے آپ کی نیند کا مسئلہ بھی حل ہو جائے گا۔

☆ بہت زیادہ کام نہ کریں۔ دن کے وقت کچھ آرام کا وقت بھی نکالیں اور اس میں اپنی دلچسپی کے کام کریں۔ اپنے کچھ مشاغل بنائیں اور روزانہ کچھ وقت نکال کر ان سے لطف اندوز ہوں۔ ☆ سونے سے پہلے ایک شیڈول بنائیں، کچھ ایسے کام کریں جن سے خود بخود یہ احساس ہو کہ اب نیند کا وقت ہو گیا ہے یعنی سونے کی تیاری کریں۔ سونے سے پہلے کوئی کتاب پڑھیں۔ کوئی پوری کتاب جس کے لیے آپ کو پوری توجہ دینے کی ضرورت ہو۔ اسی طرح آنکھوں پر بوجھ پڑے گا۔ اور آپ کو خود بخود نیند آئے گی۔ حساب کتاب کریں، الٹی گنتی گنیں، تسبیح بھی پڑھ سکتے ہیں۔ ☆ نیند میں غل ہونے والے ماحولیاتی عوامل کو کم کریں، شور شرابا نہ ہو، لائٹ بجھا دیں، پردے گرا لیں، نیند کا ماحول پیدا کریں ☆ اگر کوئی پریشانی یا جذباتی مسئلہ ہے تو اسے دن کے وقت حل کر لیں۔ کسی کے ساتھ اپنی پریشانی بانٹیں۔ اسے دل میں رکھ کر بستر پر نہ جائیں۔ اپنے مسائل کے متعلق دوسرے لوگوں کے ساتھ گفتگو کریں اور انہیں حل کریں۔ اپنے آپ سے مطمئن ہو کر سوئیں۔

☆ سکون کی ورزش (Relaxation Exercise) ضرور کریں۔ اس سے آپ کا ذہن تروتازہ ہو جائے گا۔ پرسکون نیند آئے گی اور صبح نیند سے بیدار ہو کر آپ تازہ دم محسوس کریں گے۔ کیونکہ اگر جسم تھکا ہو تو نیند آ جاتی ہے لیکن اگر ذہن تھکا ہو تو نیند نہیں آتی۔ اس لئے ذہن کو سکون دیں۔ سکون کی ورزش سے نیند کی کوالٹی بہتر ہونی چاہیے۔ چاہے

آپ دو گھنٹے سوئیں۔

☆ دن کے وقت کوئی ہلکی چھلکی جسمانی ورزش کریں۔ یہ بہت ضروری ہے کیونکہ ورزش سے ”Endorphine“ بنتی ہے جو کہ جسم کی قدرتی ایندھن ہے اور آپ کے ذہن کو نیند لانے میں مدد دیتی ہے۔ اس کے علاوہ ایک اور کیمیکل بنتا ہے۔ اس مادے کی وجہ سے خون کی رگیں پھیلتی ہیں اور خون سارے جسم اور دماغ میں بڑی روانی سے دوڑتا ہے۔ اس سے بھی ذہنی سکون میں اضافہ ہوتا ہے اور بہتر نیند آتی ہے ورزش کے علاوہ سیر بھی ضروری ہے۔ خاص طور پر نشہ چھوڑنے کے ابتدائی دنوں میں جب بھاری ورزش نقصان دہ ہوتی ہے، سیر ضرور کریں۔ ☆ اپنی غذا کا خیال رکھیں۔ تینوں وقت کھانے کے علاوہ درمیان میں بھی کوئی ہلکی چھلکی اور غذائیت والی چیزیں مثلاً پھل اور تازہ بنزیاں یا جوس وغیرہ استعمال کریں۔ سونے سے تین گھنٹے پہلے کوئی بھاری کھانا نہ کھائیں کیونکہ اس طرح بجائے اس کے کہ نیند کے دوران آپ کی توانائی دوبارہ بحال ہو سکے، یہ توانائی کھانا ہضم کرنے میں لگی رہے گی۔ اس طرح آپ کا ذہن پرسکون نیند نہیں لے سکے گا۔ ☆ کافی، چائے اور سگریٹ کے زیادہ استعمال سے پرہیز کریں۔ خاص طور پر سونے سے تین گھنٹے پہلے کوئی سگریٹ، چائے وغیرہ نہیں کیونکہ یہ چیزیں بے چینی پیدا کرتی ہیں اور نیند آزاد دیتی ہیں۔ سونے سے پہلے ایک گلاس نیم گرم دودھ نیند کو بہتر اور پرسکون بناتا ہے۔ ☆ دن کے وقت نہ سوئیں، نہ شام کو سوئیں، صرف رات کو سوئیں۔ اپنے سونے اور جاگنے کا وقت مقرر کریں اور صرف اپنے بستر پر سوئیں۔ کرسی یا صوفے پر بیٹھے بیٹھے نہ سوئیں۔ ☆ سونے سے ایک گھنٹہ پہلے کوئی جسمانی مشقت کا کام کریں ☆ اگر آدھا گھنٹہ لیٹنے کے بعد بھی نیند نہ آئے تو بستر سے اٹھ جائیں اور کوئی کام کرنا شروع کر دیں (مثلاً نہائیں، سر پر تیل کی مالش کریں، چہرے اور خاص طور پر کنپٹیوں پر کریم سے مساج کریں، کوئی کتاب وغیرہ پڑھیں) پھر ایک گھنٹہ بعد دوبارہ بستر پر آئیں، زبردستی نیند لانے کی کوشش نہ کریں۔

12 رسالوں پر مشتمل معری کی مکمل فائل

مضبوط جلد محفوظ رسالے۔ آج ہی طلب فرمائیں۔ یہ فائل موجودہ اور آئندہ مسائل کے حل کے لیے ایک کامیاب گہری علاج ثابت ہوگی ایک سال کی مکمل فائل قیمت - 200 روپے علاوہ ڈاک خرچ۔

سودرود شریف

سودرود شریف

کثرت سے درود پاک پڑھیے کیونکہ خدائے پاک کی موافقت حاصل ہوتی ہے کہ وہ بھی درود بھیجتے ہیں۔ ☆ ملائکہ کی موافقت حاصل ہوتی ہے کہ وہ بھی درود بھیجتے ہیں۔ ☆ مومن کا ایک درود خدائے پاک کی دس رحمتوں کا باعث۔ ☆ حضرات ملائکہ کی رحمت و دعا کا باعث۔ ☆ رسول پاک ﷺ کی رحمت و دعا کا باعث۔ ☆ ایک درود دس رحمتوں، دس گناہوں کی معافی اور دس درجات کی بلندی کا باعث۔ ☆ سودرود جہنم اور نفاق سے برأت نامہ کا باعث۔ ☆ سودرود سوحا جنتوں کے پورا ہونے کا باعث۔ ☆ سودرود شہداء کے ساتھ رہنے کا ذریعہ۔ ☆ سومرتبہ درود سے فرشتوں کا ایک ہزار درود۔ ☆ ایک مرتبہ درود سے ایک قیرا کے برابر ثواب ☆ درود پاک پڑھنے والے کے لیے گناہوں کی معافی ☆ اعمال کی زکوٰۃ اور اس کی پاکیزگی۔ ☆ غلام کی آزادی سے زیادہ ثواب۔ ☆ بڑے ترازو میں اس کے اعمال کا تولنا ☆ نبی انور ﷺ کا شانہ میں شانہ ملا کر جنت کے دروازوں سے جانے کا سبب ☆ نبی پاک ﷺ کی شفاعت کا سبب۔ ☆ قیامت کے خوف سے نجات کا باعث۔ ☆ ترازو کے اعمال صالحہ بھاری ہونے کا باعث ☆ عرش کے سایہ میں جگہ ملنے کا ذریعہ ☆ جنت میں کثرت ازواج کا سبب۔ ☆ قیامت میں سب سے زیادہ آپ ﷺ سے قریب ہونے کا سبب ☆ خدا کی رضا اور خوشنودی کا باعث۔ ☆ حوض کوثر سے سیرابی کا باعث ☆ حضرات ملائکہ کرام کی محبت اور اعانت کا باعث ☆ میدان قیامت کی سخت ترین پیاس سے محفوظ رہنے کا ذریعہ ☆ پل صراط پر ثابت قدمی کا باعث ☆ غزوات کے برابر ثواب ☆ صدقہ کا ثواب ملنا ہے اگر صدقہ کیلئے مال نہ ہو ☆ احب الایمان کا ہونا ☆ مجالس کی زینت کا ہونا ☆ فقر اور تنگی معیشت کے دور ہونے کا ذریعہ ☆ درود کی برکت پڑھنے والے کی نسلوں میں چلتی ہے ☆ قیامت میں آپ ﷺ سے مصافحہ کا باعث ☆ دل کے رنگ کے صاف ہونے کا باعث۔ ☆ بھولی اشیاء کے یاد ہونے کا باعث۔

پودینہ سے الرجی اور معدے کا علاج

(حکیم ڈاکٹر محمد رشید)

ایڑیاں اوپر اٹھالیں کہ

قد لمبا نظر آئے

جنگ بدر کی روایت کے موقع پر رسول اللہ ﷺ لشکر ترتیب دے رہے تھے اور نوجوان عیسیٰ بن ابی وقاص ادھر ادھر چھپتے پھر رہے تھے۔ ان کے بڑے بھائی سعد بن ابی وقاص نے اس کی وجہ پوچھی تو چھوٹے بھائی نے عرض کیا کہ رسول اللہ ﷺ نے میری عمر کے لڑکوں کو لشکر سے نکال دیا ہے۔ ڈرتا ہوں کہ اگر دیکھ لیا تو مجھ کو بھی منع فرما دیں گے۔ مجھے یہ گوارا نہیں کہ رسول اللہ ﷺ تو دشمن کے مقابلے پر میدان میں جائیں اور میں گھر میں آرام کرتا رہوں۔ میری آرزو ہے کہ میں حضور ﷺ کے دوش بدوش کفار سے لڑوں اور ان کی حفاظت کرتا ہوا شہادت کی دولت سے مالا مال ہو جاؤں۔ پھر حضرت عیسیٰ نے حضور ﷺ کے سامنے پہنچ کر ایڑیاں اوپر اٹھالیں تاکہ قد لمبا نظر آئے، لیکن حضور اکرم ﷺ نے ان کی کم عمری کی وجہ سے کہا کہ عیسیٰ تم واپس جاؤ، اتنا سنا تھا کہ حضرت عیسیٰ پھوٹ پھوٹ کر رونے لگے اور عرض کیا "یا رسول اللہ ﷺ! کیا مجھے آپ پر جان قربان کرنے کا موقع نہیں ملے گا؟ میری تمنا ہے کہ آپ کی حفاظت کرتا ہوا جام شہادت نوش کروں۔"

حضرت عیسیٰ کے اس جوش اور شوق شہادت نے حضور ﷺ کے دل پر گہرا اثر کیا۔ آپ ﷺ نے فرمایا: "اچھا ٹھیک ہے تم ہمارے ساتھ چلو، لاؤ میں تمہیں تلوار باندھ دیتا ہوں" اتنا سنا تھا کہ حضرت عیسیٰ خوشی سے اچھلنے لگے۔ حضرت سعد بن ابی وقاص کا بیان ہے: "اس وقت عیسیٰ کا قد اتنا چھوٹا تھا کہ جب تلوار باندھی گئی تو زمین پر ٹپکنے لگی۔ میں نے تلوار کے تسمے میں گرہ لگا کر اسے اونچا کیا" میدان کارزار میں پہنچے تو عیسیٰ نے بڑی بہادری کا مظاہرہ کیا۔ مشرکین کے بڑے بڑے بہادروں سے مقابلہ کرنے سے نہیں کترائے۔ ایک مرتبہ عمرو بن عبدود سامنے آیا تو عیسیٰ تلوار لے کر اس کی طرف لپکے۔ لیکن کافر نے ایسا کاری ضرب لگائی کہ عیسیٰ رسول اکرم ﷺ کے قدموں میں جان دینے کی خواہش پوری ہو گئی۔

ہے۔ اس تیل سے بھی ست پودینہ یا جوہر پودینہ نکالا جاتا ہے۔
☆ پودینہ بری:- اس پودینے کا پودا ۳۰ سے ۱۰۰ سینٹی میٹر اونچا ہوتا ہے جس سے تیز خوشبو آتی ہے۔ پتے ۳ سے ۸ سینٹی میٹر لمبے ہوتے ہیں اور ایک سے تین سینٹی میٹر چوڑے کنارے تیز دندانے دار ہوتے ہیں اور پھول سفید ہوتے ہیں۔
☆ پودینہ نہری:- اس قسم کا پودینہ نہروں کے کناروں پر پیدا ہوتا ہے۔ اس میں ایک خاص قسم کی بو آتی ہے۔ اور ذائقہ خوشبودار ہوتا ہے۔

☆ پودینہ بستانی:- پاکستان میں اس قسم کے پودینے کی کاشت ہوتی ہے۔ سبزی کی دکانوں پر جو پودینہ ملتا ہے وہ یہی ہے۔
☆ مشکطر البع بھی پودینہ کی ایک قسم ہے۔
پودینے کے فوائد درج ذیل ہیں۔

☆ چہرے کے داغ دھبوں کو دور کرنے کیلئے پودینہ سر کے میں پیس کر بطور لیپ استعمال کریں۔ ☆ مقوی معدہ ہے۔
☆ جسم سے ریاخ کو خارج کر دیتا ہے اور پیٹ کے کیڑے مارتا ہے۔ ☆ ضعف جگر، معدہ، درد شکم و نفخ میں اس کی کثیر درجہ رکھتا ہے۔ ☆ ناک، کان اور دوسرے اعضاء میں کیڑے پڑنے کی صورت میں پودینہ کے پتوں کا رس نپکانے سے فائدہ ہوتا ہے۔ ☆ جسم پر شری (پتی) ہونے کی صورت میں پودینہ کے پتوں کا رس ۱۰ گرام اور عرق گلاب ۵۰ ملی لیٹر ملا کر دینے سے شری (پت) بالکل ٹھیک ہو جاتی ہے۔ ☆ حیض کی بندش کو کھول دیتا ہے اور بند پیشاب بھی جاری کر دیتا ہے۔ ☆ دہائی زہروں کا تریاق ہے اور موسم سرما و برسات میں یہ چورن یا چٹنی کے طور پر استعمال ہوتا ہے۔ ☆ بلی، چوہے یا دیگر زہریلے جانور کے ڈنگ مارنے کی صورت میں پودینہ کوٹ کر متاثرہ جگہ پر لیپ کریں۔ زہر ختم ہوتا ہے (خیال رہے کہ سانپ یا بچھو کے کاٹنے کا یہ علاج نہیں) ☆ بلغم کو ختم کرتا ہے اور تھوکی کو روکتا ہے۔ پودینہ کے پتے چھ گرام انار دانہ ایک تولہ دس تولہ پانی میں جوش دے کر پلانے سے فوری فائدہ ہوتا ہے۔

(بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)

عربی ۔ قودنج فارسی پودینہ
سندھی پھودنو انگریزی Mint
پودینہ ایک خوشبودار پودا ہے۔ عام طور پر گھریلو استعمال میں آنے کی وجہ سے مشہور ہے۔ اس کی پٹنی پورے ملک میں ذوق و شوق سے کھانے کے ہمراہ استعمال کی جاتی ہے۔

اسے بونی بھی کہا گیا ہے۔ اس کی کئی قسمیں ہیں۔ جن میں اہم اور آسانی سے دستیاب ہونے والی اقسام درج ذیل ہیں۔

☆ پودینہ کوئی: ایسا پودینہ چین اور جاپان میں پیدا ہوتا ہے۔ آج کل پاکستان میں بھی اس کی کاشت ہو رہی ہے۔ اس کی اہمیت اس وجہ سے ہے کہ اس سے ایک جوہر نکالا جاتا ہے جو ست پودینہ کے نام سے مشہور ہے۔ جاپان میں اس قسم کے پودینہ کی کاشت بہت کثرت سے کی جاتی ہے۔ اور دنیا بھر میں ست پودینہ کی مانگ کو جاپان ہی پوری کرتا ہے۔ پودینہ کا پودا تقریباً ۶۰ سے ۹۰ سینٹی میٹر بلند ہوتا ہے۔ شاخیں سخت ہوتی ہیں۔ پتے بیضوی، تیز دندانے دار کنارے میں تقریباً ۱۰ سینٹی میٹر لمبے ہوتے ہیں۔ پھول ارغوانی ہوتے ہیں۔ جب ان پودوں کے پھول آ جاتے ہیں یا مطلوبہ لمبائی ہو جاتی ہے تو پھر ان کی فصل کاٹی جاتی ہے۔ اور پودوں کو چھوٹی چھوٹی گڈیوں میں باندھا جاتا ہے اور کھلی ہوا میں زیر سایہ خشک کر لیا جاتا ہے۔ دھوپ میں خشک کرنے کو ٹھیک نہیں سمجھا جاتا۔ پھر اس سے ایک روغن کشید کیا جاتا ہے جس کو روغن پودینہ جاپانی کہتے ہیں۔

☆ پودینہ فلغلی:- یہ نہایت تیز خوشبودار پودینہ ہوتا ہے جو یورپ، ایشیا، شمالی امریکہ، آسٹریلیا اور پاکستان میں پایا جاتا ہے۔ پاکستان میں عام طور پر خورد و ہوتا ہے اور کہیں کہیں اس کی کاشت بھی کی جاتی ہے۔ اکثر باغات میں لگایا جاتا ہے۔ اس پودینہ کا پودا ۳۰ سے ۹۰ سینٹی میٹر اونچا ہوتا ہے۔ پودا سبز یا ارغوانی، پتے قدرے بیضوی ڈھائی سے دس سینٹی میٹر لمبے دندانے دار کچھ کھر دے سے۔ بالائی سطح صاف گہری سبز اور چلی ہلکی زرد اور روئیں دار ہوتی ہے۔ پھول ارغوانی جن کے آخری سروں پر دبیز خوشے ہوتے ہیں اس پودینہ کی اہمیت اس سے حاصل ہونے والے تیل کی وجہ سے ہے جو کہ روغن پودینہ فلغلی کہلاتا

ماں بننے کے بعد

بچے کی ولادت کے بعد ماں کے لیے ایک نیا سفر ہے۔ اس سفر میں بچے سے (اللہ کے فضل سے)

لڑکی کے ماں بننے ہی اس کی اور خاندان کی زندگی بکسر بدل جاتی ہے۔ بچے کے دنیا میں آتے ہی خوشیوں کی بارات اتر آتی ہے تو اس کی صحت اور حفاظت کی فکر بھی لاحق رہتی ہے۔ خود ماں کی صحت اور سلامتی پر توجہ کرنا بہت ضروری ہوتا ہے خاص طور پر پہلوئی کے لیے یہ احتیاطیں زیادہ ضروری ہوتی ہیں۔ برصغیر میں پہلا ہفتہ جسے عام طور پر "پھٹی" کہتے ہیں احتیاط کا زیادہ متقاضی ہوتا ہے۔ علاج معالجے کی جدید سہولتوں کے باوجود پاکستان میں نو عمر بچوں کی مجموعی اموات میں سے کچھ ہی صد ولادت کے پہلے ہفتے اور کچھ ہی صد پہلے مہینے میں واقع ہوتی ہے، اس لیے ماؤں کے لیے یہ ضروری ہے کہ وہ خود بھی احتیاط سے کام لیں اور بچے کا بھی بہت خیال رکھیں۔ ماں کے لیے ضروری ہے کہ اگر زچگی نارمل ہوئی ہے تو وہ پہلے روز مکمل آرام کرے۔ اس کے بعد وہ احتیاط سے چل پھر سکتی ہے۔ اس سے اس کی ناگوںوں میں دوران خون بہتر ہو جائے گا اور وہ رگوں کے پھولنے کی شکایت سے محفوظ رہے گی۔ آٹھ دس دن بعد ماں گھر کا ہلکا کام کاج کر سکتی ہے، مگر زچگی آپریشن سے ہوئی ہو تو ایسی صورت میں معالج کے مشورے پر عمل ضروری ہے۔ **ورزش:** زچگی کے پہلے ہفتے میں ورزش سے بچنا چاہیے، صرف کمرے میں ٹہلنا کافی ہوتا ہے۔ حمل کے دوران وزن میں اضافے سے فکر مند نہیں ہونا چاہئے۔ رفتہ رفتہ یہ اضافہ کم ہو جائے گا۔ **بچے کی غذا:** یہ بہت ضروری ہے کہ ماں بچے کو اپنا دودھ پلائے اور یہ عمل پیدائش کے بعد پہلے گھنٹے ہی سے شروع ہو جانا چاہئے۔ اس عمل سے پہلے ضروری ہے کہ ماں ہاتھ اور چھاتیاں دھویا کرے اور بچے کو باری باری دونوں چھاتیوں سے دودھ پلائے۔ بچہ رفتہ رفتہ دودھ پینے کا اپنا معمول مقرر کرے گا جو عام طور سے ۳-۴ گھنٹے ہوتا ہے اور جب بھی بھوک اسے ستانے لگی گی وہ رو کر اس کا اظہار کرے گا۔ ماں کو اپنے دودھ کے علاوہ بچے کو کوئی اور چیز نہیں کھلانی چاہئے، یہاں تک کہ خت گرمی کے باوجود پانی بھی نہیں پلانا چاہئے۔ ماں کے دودھ میں بچے کے لیے درکار پانی کافی مقدار میں ہوتا ہے۔

ماں کی غذا: ماں کے لیے گھر میں تیار ہونے والا عام کھانا کافی ہوتا ہے بشرطیکہ کھانا متوازن ہو۔ البتہ ماں کو اپنی غذا کی مقدار میں تھوڑا اضافہ کر لینا چاہئے یعنی ۵۵۰ حرارے سے زائد کھانے کے علاوہ ۲۵ گرام پروٹین زیادہ استعمال کرنی چاہئے۔ ہمارے ہاں ماؤں کو اصلی کھی اور خشک مغزیات

بکثرت کھلائے جاتے ہیں۔ یہ انداز درست نہیں ہے۔ ماں کو روٹی، چاول، دالوں، ہزیوں، پھل، دودھ، پنڈ، اور گوشت پر مشتمل متوازن غذا کا ملنا ضروری ہے۔ اصلی کھی دن بھر میں زیادہ سے زیادہ تین چائے کے کچھوں کے برابر کھانا کافی ہوتا ہے۔ اسی طرح دس، گیارہ بادام اور پیتے وغیرہ کافی ہوتے ہیں۔ اس عرصے میں زیادہ کھی، مغزیات اور ضرورت سے زیادہ غذائی کے نتیجے میں ہماری خواتین موٹی ہو جاتی ہیں اس کے بعد ان کا دبلا ہونا بہت مشکل ہوتا ہے۔ **فلوڈ کی ضرورت:** حمل کے دوران فلوڈ کی زائد مقدار کا استعمال زچگی کے بعد بھی جاری رہنا چاہئے بلکہ اس وقت اس کی مقدار میں مزید اضافہ ضروری ہو جاتا ہے تاکہ زچگی کے دوران ہونے والے جریان خون سے ہونی والی فلوڈ کی کمی دور ہو جائے۔ اس کے علاوہ بچے کو اپنا دودھ پلانے کی وجہ سے بھی فلوڈ کی زیادہ ضرورت ہوتی ہے۔ **صفائی کا خیال:** ماں کے لیے بہت ضروری ہے کہ وہ صاف تھری رہے۔ نارمل زچگی کی صورت میں وہ غسل کر سکتی ہے۔ اسے صاف ستھرا، لیکن ڈھیلا ڈھالا اور آرام دہ لباس پہننا چاہئے اور اچھی کواٹھی کی سینٹری نیکین یا صاف کپڑا استعمال کرنا چاہئے تاکہ مقامی چھوت سے وہ محفوظ رہے۔ **بچے کا رکھنا:** سب سے پہلا کام بچے کا وزن کرنا ہوتا ہے۔ پیدائش کے وقت اس کا وزن کر کے درج کر لینا چاہئے۔ اس کے مطابق اس کی صحت کا خیال رکھنے میں آسانی ہوتی ہے۔ بچے کا وزن کم از کم ۸ کلو گرام ہونا چاہئے۔ **بچہ کی بھی اچھے زچگی خانے سے بچے کی بروہوتی کا فارمل مل جاتا ہے۔** اس میں درج معلومات کے مطابق عمل کرنے سے اس کی اچھی صحت کے لیے جتن اور تدابیر آسان ہو جاتی ہیں۔ **بچے کو ماں کے دودھ کے علاوہ کسی قسم کے دوائن یعنی حیاتین وغیرہ نہیں دینے چاہئیں۔** ان سے فائدے کے بجائے نقصان ہو سکتا ہے۔ **بچے کو روزانہ نہلا کر صاف ستھرے آرام دہ کپڑے پہنائے جائیں۔** کپڑوں کے سلسلے میں موسم کا خیال رکھنا بھی بہت ضروری ہوتا ہے۔ جاڑوں میں گرم کپڑے اسے ٹھنڈا اور زلزلہ کام سے محفوظ رکھتے ہیں۔ ہمارے ہاں ڈیزرٹ کولرز کا استعمال بھی عام ہو گیا ہے۔ نومولود بچے کو اس کی ہوا کی زد میں نہیں رکھنا چاہئے۔ **بچہ گھر ہر جگہ ہیں، بچے کو ان سے محفوظ رکھنا ہے جد ضروری ہے اس کے لیے گھر جالی کا استعمال ضرور کرنا چاہئے۔** **بچے کو اس کے پنگوڑے میں لٹائے رکھنا بہتر**

ہے۔ بہت زیادہ لوگوں کا اسے گود میں لینا مناسب نہیں ہوتا۔ خاص طور پر نزلے، زکام اور کھانسی میں مبتلا افراد کو اسے گود میں لینے سے احتیاط کرنی چاہئے۔ **بچے کو خشک رکھنا بھی ضروری ہے۔** یعنی وہ جب بھی فارغ ہو، اس کے کپڑے بدل دینے چاہئیں۔ اس طرح اس کی جلد خراش اور جلن سے محفوظ رہے گی۔ کپڑے بدلنے کے بعد نیم گرم پانی سے صاف کر کے جگہ خشک کرنے کے بعد پاؤڈر لگانا بہتر رہتا ہے۔ اسی طرح اس کی بغل میں بھی پاؤڈر چھڑک دینا چاہئے۔ **بچہ نال کو کبھی چھینرنا نہیں چاہئے۔** یہ سوکھ کر خود جھڑ جاتی ہے۔ اس پر گرم کر کے ٹھنڈا کیا ہوا کھوپرے کا تیل کبھی کبھی لگاتے رہنا مناسب سب ہوتا ہے۔ اس پر کبھی مٹی، پانی اور گرو وغیرہ نہیں لگانا چاہئے۔ یہ انتہائی خطرناک کام ہے اس سے بچہ ایک بیماری یعنی ٹیٹس میں مبتلا ہو سکتا ہے۔ **خطرے کی علامات:** بچے میں رونما ہونے والی بعض مظاہر معمولی تبدیلیاں خطرناک بھی ثابت ہو سکتی ہیں، انہیں کبھی نظر انداز نہیں کرنا چاہئے۔ اسی طرح ماں میں بھی بعض علامات خطرناک ہوتی ہیں۔

بچے کی علامات: **بچے** **دودھ** **چوسنے میں دقت**۔ **بچے** **رونے کی آواز میں تبدیلی** **کمزور آواز** **میں رونا** **بچہ تیز سانس لینا** **(فی منٹ ۶۰ سانس)** **بچے نیلے ہونٹ، ناخن وغیرہ** **جلد اور آنکھوں کی پتلی رنگت** **یعنی یرقان** **بچہ آنول کی سو** **جن، سرخی یا رطوبت کا اخراج** **بچہ دورے اور ٹیٹس، کسی عضو کا ٹیڑھا ہونا یا کھینچنا** **بچہ پیدائش کے ۲۴ گھنٹوں بعد پیشاب نہ کرنا** **بچہ غنودگی**۔ **بچہ آنکھوں سے پانی کا مسلسل بہنا۔** **بچہ دودھ پینے کے بعد بچہ نرم اجابت کرتا ہے۔** یہ معمول کے مطابق ہوتا ہے، لیکن پانی جیسے دست جن میں خون بھی ہو، توجہ اور علاج کے محتاج ہوتے ہیں **بچہ** **بچے کو پیدائش کے پہلے ہفتے میں دق و دل (بی سی جی) اور پولیو کی خوراک دے دینی چاہئے۔** **ماں کی علامات:** **بچہ خون کا بکثرت** **اخراج** **بچہ بدبودار رطوبت کا اخراج** **بچہ حرارت میں اضافہ** **یعنی بخار** **بچہ پنڈی کے پٹھوں میں درد اور سوجن** **بچہ چھاتیوں میں بھاری پن اور درد** **بچہ نچلے پیٹ میں شدید درد** **بچہ پیشاب کرنے میں مشکل۔**

مشکلات اور مسائل کی آگ بجھانے والا اسم اعظم

ایک صحابی کا اسم اعظم:

(حدیث) آنحضرت ﷺ نے ایک شخص سے نماز میں یہ کہتے ہوئے سنا: ”اللَّهُمَّ اِنِّیْ اَسْأَلُكَ اَنْتَ اَحَدُ صَمَدٍ لَمْ تَتَّخِذْ صَاحِبَةً وَلَا وَلَدًا۔“ تو آپ ﷺ نے فرمایا کہ تو نے اللہ تعالیٰ سے اس کے اسمِ اعظم کے ساتھ سوال کیا ہے۔ جس کے ساتھ جب اس سے سوال کیا جاتا ہے تو وہ قبول فرماتا ہے۔ (الدر النظیم ص: ۳۳)

لا اله الا الله :

حضرت جابرؓ کی مرفوع حدیث ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے فرمایا لا الہ الا اللہ ہی افضل الذکر ہے۔ (رواہ الترمذی) حضرت معاذؓ کی مرفوع حدیث ہے کہ لا الہ الا اللہ جنت کی کنجی ہے اس مفہوم کی احادیث متواتر المعنی آئی ہیں۔ قاضی عیاضؒ نے اس کو اسم اعظم کے طور پر نقل کیا ہے۔ اور قاضی ثناء اللہ پانی پٹیؒ نے بھی تفسیر مظہری میں اس کو اسم اعظم کے تحت ذکر کیا ہے۔ "لا الہ الا اللہ"

آنحضرت ﷺ کا ارشاد ہے:

”من كان آخر كلامه لا اله الا الله دخل الجنة۔“
 ”جس شخص کے آخری بول لا اله الا الله ہوں گے تو وہ

جنت میں داخل ہوگا (چاہے گناہوں کی سزا جھیل کر یا ان کی معافی کے ساتھ)۔ حضرت ابو ہریرہؓ فرماتے ہیں کہ آنحضرت ﷺ نے ارشاد فرمایا: ”مَا قَالَ عَبْدًا لَّهِ إِلَّا اللَّهُ مُخْلِصًا إِلَّا فَتَحَتْ لَهُ أَبْوَابُ السَّمَاءِ حَتَّى تَفْضِيَ إِلَى الْعَرْشِ مَا اجْتَنَبْتَ الْكِبَائِرَ.“ (اخرجه النسائي في عمل اليوم والليلة ص: ۳۸۲) ”جو بندہ اخلاص کے ساتھ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ کہتا ہے اس کیلئے آسمان کے دروازے کھول دیئے جاتے ہیں حتیٰ کہ اس کا یہ کلمہ عرش تک پہنچ جاتا ہے بشرطیکہ یہ شخص بڑے گناہوں سے بچتا ہو۔

”حَسْبُنَا اللَّهُ وَنِعْمَ الْوَكِيلُ“

حضرت عبداللہ بن عباسؓ سے مروی ہے کہ ”حَسْبُنَا
 اللَّهُ وَنِعْمَ الْوَكِيلُ“ کو حضرت ابراہیمؑ نے اس وقت
 کہا تھا جب آپ کو (خمر دو کی) آگ میں ڈالا گیا تھا اور
 حضرت محمد ﷺ نے یہ جملہ اس وقت فرمایا تھا جب منافقین
 نے مؤمنین کو ذرا پایا تھا کہ کفار نے تمہارے مقابلے میں بہت
 سے لاؤ لشکر جمع کر دیے ہیں تم ان سے ڈرو لیکن صحابہ کرامؓ کا
 ایمان یہ بات سن کر اور بڑھ گیا اور کہنے لگے ”حَسْبُنَا
 اللَّهُ وَنِعْمَ الْوَكِيلُ“ (ہمیں اللہ کافی ہے اور وہ
 بہترین کارساز ہے۔) (رواہ البخاری والنسائی وایہی قی
 لآل النبوة)

حضرت ابراہیمؑ، حضور ﷺ اور آپ ﷺ کے اصحابؓ نے چونکہ اس کلمہ کو انتہائی مشکل کے وقت ادا کیا اور اللہ تعالیٰ نے ان کی مشکل کشائی کی اس سے معلوم ہوتا ہے کہ اس موقع کیلئے ان حضرات کا اسم اعظم یہی تھا۔ حضرت شہادین اوسؓ سے روایت ہے فرماتے ہیں کہ آنحضرت ﷺ نے ارشاد فرمایا ”حَسْبُنَا اللَّهُ وَنِعْمَ الْوَكِيلُ“ ہر خوفزدہ کیلئے امان ہے۔ (ابو یوسفی احادیث)

”بسم الله الرحمن الرحيم“

حضرت عثمانؓ کی حدیث

(حدیث) حضرت عثمان بن عفانؓ نے جناب رسول اللہ ﷺ سے ”بسم اللہ الرحمن الرحیم“ کے متعلق سوال کیا تو آپ ﷺ نے ارشاد فرمایا: ”یہ اللہ کے اسماء میں سے ہے اس کے اور اللہ کے اسم اکبر کے درمیان اتنا فاصلہ ہے جتنا قرب میں آنکھ کی سیاہی اور سفیدی کے درمیان کا فاصلہ ہے۔ حضرت ابن الریح اس سچے نقل کیا گیا ہے کہ ایک شخص نے آپ سے عرض کیا مجھے اسم اعظم سکھادیں تو آپ نے فرمایا ”بسم اللہ الرحمن الرحیم“ لکھو، اللہ کی اطاعت کرو ہر چیز تمہاری فرمانبرداری سے جائے گی۔ (حلیۃ الیقین ۸/۳۲۸)

کئے والے ہے کہ حقیق و مرتب ہے۔ یہ حقیق ہے۔ مرتب ہے۔
 کون ہے جو حق کے رازوں کو پہچاننا چاہے ☆ حق سے بڑے لوگوں
 کو بھی وہ سب کچھ بتا دیتا ہے۔ ابھی ☆ ایک باکمال عشق میں
 مبتلا رہنے کی بات ہے۔ یہ حقیقی ہلاکت ہے۔ ابھی وہ بہت
 گھٹیا جانی بڑھو۔ آپ من مانی ہوں گے اور زندگی کی راہوں
 میں بہت چھوٹا سہل بھی رہیں گے۔ ہلاکتی نسل ہے۔ یہ نسل ہے۔
 کتاب ہے کہ حق آیت ہے اور جانتے بہ ہلاکتی یہ نسل
 نے بدھصل پر ایک قصہ ہے۔ چہ بہت جانتے توں چہ وہ
 بہت نایاب کتاب ☆ ہے۔ اس کے سولہ تفسیریں ہیں۔ اس
 کے حقیق و مرتب کے کتاب میں پڑھیں ☆ یہ اس
 پہچان دینا کا یہ کہ حقیق و مرتب کے سولہ تفسیریں
 شخص و پہل مفت میرے ☆ ہے۔ اس کے تفسیر و حقیق و مرتب
 واقعات جب تک حقیق و مرتب ہو گا۔ اب یہ کتاب کوئی
 راہ عشق میں جہد ہو گیت تہذیب اس کتاب و سر پر نہیں
 پڑھیں یہ کتاب بڑھو اپنی اور اپنی اولاد ان کے قصے دور میں
 یہ اندر سے خلافت یہ کہ انہیں اولاد کی طرف سے کوئی کم تک
 ہو گا۔ اساتذہ اور کسی نکلے کا نگران یہ کتاب بڑھو کہ قابل
 صاحب مطالعہ ہو جائے گا۔ حقیق و مرتب پڑھیں اس کے۔ اس کے
 سلسلہ نہیں رہے گا۔ ☆ ایسے لوگ حقیق و مرتب میں حقیق و مرتب
 ناچا جاتے ہیں وہ ضرور پڑھیں ☆ کتابوں کو چھوڑنے والے اور توہین
 حرف آنے والے تو لازم پڑھیں ☆ مقام ولایت اور مقام عبدیت
 کے خواہش مندوں کے لیے یہ حقیق و مرتب ☆ ہے۔ گھر میں عورتیں اور
 دروہائیاں میں اسکو پڑھیں زندگی کی بہاریں زندہ ہو جائیں گی ☆ اسکا
 ورق ورق کو لکھا حرف قابل عمل اور پوری کتاب موجودہ زمانے
 کے تقاضوں کے عین مطابق ہر گھر کی ضرورت ہر لائبریری کی شان بہ
 رد کی تہائی کا ساتھی اولئس و شیطان کی چالوں سے بچا کر مولا کی دوستی
 کی خوشخبری و نبی والی کتاب ☆ ایک خاص شان اس کتاب کی ہے یہ کہ
 مابعد دور کے بڑے بزرگ، بادشاہ، ملکہ، محدث اور نامور لوگوں کی
 زندگی کے سچے واقعات اور ہجران کے زندہ تجربات جو آج کے موجودہ
 کے لیے نہایت اہم ہیں۔ بہت اہم کتاب ہے !!!

ایا علم چھایا تا لوکات مقرب

کیا علم چھپانا ثوابِ عظیم ہے؟ ایسا نہیں تو پھر علم کو چھپا کر قہر میں
اس دنیا میں موجود ہیں۔ بندہ کے پاس لوگ دفعتاً کمالات یا علم و
حکومت کا علم لینے کی خواہش کرتے ہیں، بندہ کے پاس جو کچھ ہے بننا
نہیں، مدتِ قیامت کے بعد ان کو دیا جائے گا، یہ سب رت ہے۔
چوتھا بندہ کی زندگی صرف ہے اس سے پہلے وقت کا تعین کرنا
وقتِ قیامت میں پھر ہے مگر بیٹھے میں بیٹھتے ہیں۔ اندر ثابت کے
ریلے سیکھنا نہیں۔ بندہ غلوں دل سے راہنمائی کرے گا۔ وہی
مندانہ فائز نہیں۔

فقط بندہ حکیم محمد طارق محمود عبقری مجذولی چغتائی

ڈپریشن دور کرنے کا انوکھا سائنسی ٹونکا

الذکر

قارئین! آپ کے لیے قیمتی موتی چن کر لاتا ہوں اور چھپاتا نہیں، آپ بھی سختی بنیں اور ضرور لکھیں۔

اسی سالہ آزمودہ بہترین ٹونک

ہر ماہ ایک پرانے آزمودہ کار معالج کے پینے کے راز آپ نے

(حکیم دہر حسین خان صاحب)

جوارش خشخاش

حوالہ: خشخاش سفید ایک سیر کو اچھی طرح رگڑ کر ڈیڑھ سیر گھی میں بریاں کریں بعد ازاں کھویشیر گاؤ ڈیڑھ پاؤ بریاں کر کے ملائیں اور مغز بادام مغز ناریل مقعر تازہ، موہڑی، خرباز، زنبیل، کلونگی، کشنیز، ہر ایک 5 تولہ باریک کر کے شامل کریں۔ پھر 3 سیر کھانڈ عمدہ کے توام میں مخلوط کر کے جوارش بنائیں۔ خوراک:- دو تولہ سے چار تولہ تک ہر صبح مگر بنانے سے چار پانچ روز بعد استعمال کرنا چاہیے۔

مخدومی قبلہ حکیم مہر علی خان صاحب مرحوم و مغفور شاہی طبیب رفیع قبض کے لیے نسخہ مذکورہ میں پاؤ بھر آرد مومگ بریاں بھی شامل کروادیا کرتے تھے۔

نوٹ: نزلہ اور ضعف دماغ کے لیے یہ نسخہ عجیب و غریب ہے۔

حب حیات

حوالہ: فلفل دراز، میٹھا تیلیا، فلفل گرد، گندھک، املہ سار مصطفیٰ، سوہا کہ شگفتہ ہر ایک ایک تولہ، شکر فلفل رومی دو تولہ، میٹھا تیلیا کو کلڑے بنا کر چوٹیں گھسنے پانی میں بھگو کر نکال لیں۔ شکر فلفل رومی کے پانی میں چس کر خشک کر لیں۔ بعد ازاں سب کو جلا کر اچھی طرح باریک کر کے آب ادرك میں چس کر مومگ کے برابر گولیاں بنالیں۔

ترکیب استعمال:- چھوٹے بچے کو دو دو گولیاں جوان کو چار چار گولیاں صبح و شام مندرجہ ذیل جوشاندہ کے ساتھ استعمال کروائیں۔

جوشاندہ

خوب کلاں پانچ ماشہ، گاؤ زبان چار ماشہ، پر سیاؤ شان تین ماشہ، عناب سات دانہ، تخم کندر چار ماشہ، موہڑی پانچ دانے جوش دے کر صبح و شام پایا کریں۔ اگر دانے نہ نکلے ہوں یا کم نکلے ہوں تو اس میں انجیر ایک دو دانہ شامل کر لیا کریں۔

نوٹ: چھک و خسرہ کی ہر حالت میں مفید ہے خاص کر رافوں کو جب کہ وہ اندر ہو گئے ہوں۔ انشاء اللہ ضرور بالضرور کامیابی ہوگی میں ہمیشہ اس نسخہ کو استعمال کرتا ہوں۔

نہایت توجہ طلب: جوابی لفافے یا مٹی آرڈر پر پتہ نہایت واضح صاف خوشخط اور اردو میں لکھیں اور اپنا فون نمبر ضرور لکھیں۔

ماہنامہ عقری سے رابطہ کیلئے فون نمبر 042-7552384

کراتی تھی اب بچپن سے لیکر بچپن تک میں نے پہلی دفعہ یہ دیکھی علاج استعمال کیا مجھے بہت فائدہ ہوا اور حیرت انگیز رزلٹ ملے۔

ایک تاجر روزمرہ کے کار و باری اتار چڑھاؤ سے نہایت پریشان میرے پاس کسی وظیفہ کی طلب میں تشریف لائے انہیں سورۃ فاتحہ 70 بار مع تسبیہ نماز فجر کے بعد اسی طرح نماز عشاء کے بعد پڑھنے کو عرض کیا اور مزید انہیں یہی سائنسی ترکیب بتائی اور اس بات پر زور دیا کہ اسے ضرور مستقل مزاجی سے کچھ عرصہ استعمال کر لیا جائے زیادہ وقت ہی نہ گزرا تھا تو وہ صاحب نہایت مطمئن تشریف لائے اور کہنے لگے۔ مجھے تجارت کے سلسلہ میں کراچی جانا ہوا اس کو رنگی کے انڈسٹریل ایریا میں ایک تاجر کا مہمان تھا میں پہلے بھی کئی بار گیا لیکن جب اب گیا تو اس کی حالت کو بدلا ہوا پایا پوچھا تو کہنے لگے کاروباری عروج و زوال نے اور مال کے مزید معائنہ نے بہت پریشان کر رکھا ہے اب تو دل چاہتا ہے۔ کہ اپنی بل بند کر دی جائے اسی پریشانی نے ادھ مویا کر دیا ہے کئی ڈاکٹروں کو چیک کرایا اچھی خاصی دوائیں استعمال کیں صبح کی سیر کر رہا ہوں لیکن ان سے کچھ باوجود بھی کوئی فائدہ نہیں ہو رہا میں نے انہیں یہ ترکیب استعمال کرنے کو بتائی اور بہت تھوڑے عرصے میں وہ بھی بالکل تندرست ہو گئے۔

قارئین! آئیے اب وہ سائنسی ٹونکے آپ کی نظر کرتا ہوں جو ایک بار انہیں ہزاروں دفعہ کا آزمودہ ہے۔ اس پھول ثابت، چھلکا نہیں لیکر پتھر نکر سے صاف کر کے محفوظ رکھیں ایک جج صبح نہار منہ پانی یا دودھ کے ہمراہ اور اس طرح ایک جج نماز عصر کے بعد کچھ عرصہ استعمال کرائیں اس کے کمالات آپ پر کھلیں گے۔

(بقیہ: ایک آم ساٹھا ٹونکے فائدے)

(۵۹) سوزاک کی مرض میں آم کی چھال ایک تولہ اور ڈھائی تولہ پانی میں رات کو بھگو کر صبح پانی چھان کر پی لینے سے بے حد فائدہ ہوتا ہے (۶۰) آم میں دماغ مزاج، بی، ج، وادری کی وافر مقدار ہوتی ہے۔ اس کے علاوہ آم میں گوشت بنانے والے شکر نشاستہ دار اور روغنی اجزاء، فاسفورس، کیلشیم، پوٹاشیم اور گلوکز چوتھا حصہ اور پانی تین چوتھا اجزاء شامل ہوتے ہیں۔ فرنیٹک آم خدا کی نعمتوں میں سے ایک نعمت ہے

سائنسی دور نے جہاں انسان کو عیش و عشرت اور تن آسانی دی ہے۔ وہاں کچھ مسائل بھی پیدا کیے ہیں۔ جب آسانیوں اور مسائل کا موازنہ کیا جائے تو پھر محسوس ہوتا ہے کہ جدید سائنس نے جتنی آسانیاں دی ہیں۔ اور طرح طرح کی سہولیات میسر کی ہیں وہ سب مشکلات کے سامنے بہت حقیر نظر آتی ہیں۔ کیونکہ مادی دنیا نے جو مشکلات ہمیں دی ہیں ان سب کی لسٹ کبھی بھی مکمل نہیں ہو سکی کیونکہ روز بروز ان مسائل میں اضافہ ہوتا جا رہا ہے۔ کیا اب سے پچاس سال قبل خود کشی اتنی عام تھی جتنی اب ہے؟ کیا ٹینشن ڈپریشن کا عروج جتنا اب ہے پہلے بھی ایسا تھا؟ تو اس کا جواب نفی میں ملے گا ایک ماہر نفسیات نے کیا خوب کہا کہ بیماری کچھ نہیں بلکہ سبقت لے جانے کی دوڑ ہے یہ تمام مسائل پیدا کیے ہوئے ہیں۔ اپنی زندگی کو اعتدال پر لائیں تمام مسائل خود بخود حل ہو جائیں گے۔ آئیے ہم طب قدیم کی روشنی میں نفسیاتی الجھنوں اور ڈپریشن کا شانی علاج تلاش کریں اور جب بھی ہم اس کا حل تلاش کرتے ہیں تو ہمیں یقینی اور مکمل اعتماد اور علاج میسر ہے۔ ایک بریگیڈیر جنرل نے بن سکا ایک بار اپنی زمینوں پہ ملانہایت پریشان ٹینشن ڈپریشن نے گھیرا ہوا تھا دوران گفتگو معلوم ہوا کہ موصوف ڈپریشن کی بے شمار گولیاں کھا رہے ہیں۔ جس سے وقتی طور پر افادہ میسر ہے لیکن دائمی نہیں ہر طرح کے علاج اور تدابیر نے انہیں تھکا دیا تھا۔ میں نے انہیں ایک ٹونکے بتایا اور ساتھ یہ وضاحت مناسب سمجھی کہ آپ اس ٹونکے کو یقیناً معمولی سمجھیں گے لیکن اتنی بات ضرور کہہ دوں کہ اس دوا پر مزید ریسرچ ترقی کر رہی اور مستقل استعمال کے بعد اس کے فوائد میں اضافہ ہو رہا ہے۔ شفا بانی کا گراف بڑھ رہا ہے۔ میں نے ان سے وعدہ کیا کہ گھر جاتے ہی آپ کو شکا گو بیو نیورسٹی امریکہ کا دھاریسرج ہیپرنوٹوکالپی ارسال کر دوں گا۔ جو انہوں نے سالہا سال کے استعمال کے بعد نتائج دیے ہیں۔ جبکہ طب قدیم صدیوں سے اسے استعمال کر رہی ہے۔ گھر جاتے ہی اس کی نوٹوکالپی میں نے بریگیڈیر صاحب کو ارسال کر دی تقریباً مہینہ ڈیڑھ ہی نہ گزرا ہوگا کانٹیل فون سنا بہت خوش اور متاثر تھے کہنے لگے بچپن میں میری نانی اماں مجھے جزی بوٹیوں کا دیکھی علاج استعمال

نفسیاتی گھریلو الجھنیں اور آزمودہ یقینی علاج

پریشان اور بد حال
گھبرانوں کے الجھے خطوط
اور سلجھے جواب

بھائی اور بھائی بڑے ظالم قسم کے انسان تھے

سوال:- میں ابھی بچہ تھا کہ والدین کا سایہ سر سے اٹھ گیا۔ میری پرورش میرے بھائی اور بھائی نے کی۔ خاندان کے تمام افراد تقسیم برصغیر میں مارے گئے۔ بد قسمتی سے بھائی اور بھائی بڑے ظالم قسم کے انسان تھے۔ شاید ہی کوئی دن ایسا گزرا ہو جس دن مجھے مار نہ پڑی ہو اگر گھر والوں سے فوج گیا تو تعلیم میں تالائق ہونے کی وجہ سے ماسٹر نے مارا گیا ہر طرف مار ہی مار۔ چونکہ مار سے خوفزدہ رہتا تھا اس لئے بہت زیادہ حساس اور جذباتی ہو گیا۔ اس کے باوجود میرا بچپن پاکیزہ گزرا کوئی گناہ دانستہ نہیں کیا۔ جوں توں کر کے ٹھنڈ ڈویڑن میں میٹرک کیا اب جوان ہو چکا تھا۔ اس لئے مار کھانے کے خلاف میرے ذہن میں بغاوت پیدا ہو چکی تھی بھائی نے گھر سے نکال دیا نوکری تلاش کی مگر ٹھنڈ ڈویڑن والے کو نوکری کہاں ملتی ہے جسم و جان کا رشتہ برقرار رکھنے کے لئے جرم و گناہ کی دنیا میں چلا گیا۔ وہاں کی آزادی اور ظاہری چمک دمک نے بہت متاثر کیا۔ میں ذہنی اور اخلاقی طور پر دیوالیہ ہو گیا لڑائی کے جرم میں دو سال قید با مشقت ہو گئی میری تمام صلاحیتیں سلب ہو گئیں ایک بار خود کشی کی کوشش کی مگر بچا لیا گیا جیل کی زندگی سے جو تغیر رونما ہوا وہ بظاہر اچھا تھا کیونکہ اب میں مجرم نہیں مگر اب حالت یہ ہے کہ زندگی گزارنے کا کوئی وسیلہ نہیں سوچتا ہوں خود کشی کروں یا دوبارہ جرم کی دنیا میں لوٹ جاؤں اب یہ سوچنے سے قاصر ہوں کہ کیا کروں ماضی سے شرمندہ حال سے نہر آ زما اور مستقبل سے مایوس ہوں بیکار ہوں اور ایف اے کی تیاری کر رہا ہوں اب کیا ہو گا نہ جانتے ہوئے بھی امید موہم پر آپ کو خط لکھنے بیٹھ گیا نہ جانے کیوں؟ (اسد اللہ خان)

جواب:- محترم خان صاحب! آپ کی داستان المناک بھی ہے اور عبرت ناک بھی آپ کی زندگی ان بچوں کی عکاسی کرتی ہے جو آپ ہی کی طرح بچپن میں نفرت اور تشدد کی بنیادوں پر پروان چڑھے۔ نہ جانے ہمارے معاشرے میں کتنے ہی ایسے معصوم مجرم ہیں جنہیں محض بچپن کی غلط تربیت نے جرم و گناہ کی تاریک دنیا میں دھکیل دیا۔ یہ چوریہ ڈاکو یہ قاتل خود ہی نے تو

پیدا کئے ہیں۔ جانے یا انجانے طور پر ہم نے ہی اس کے اندر ان جراثیم کی پرورش کی ہے اور پھر جب یہ لوگ ہمارے ہی پیدا کردہ جراثیم کی بدولت گناہ کرتے ہیں تو ہم اپنا محاسبہ تو کیا یہ سوچنا بھی گوارا نہیں کرتے کہ مجرم وہ نہیں ہم ہیں بلکہ ان کے جرم درحقیقت ہم سے اور معاشرے سے انتقام کا ایک ذریعہ ہیں۔ وہ بچپن کی محرومیوں اور سزا کا اسی طرح بدلہ لیتے ہیں۔ مگر محترم آپ نے معاشرے سے انتقام لے لیا اپنے آپ کو سزا بھی دے لی اب آپ بچے نہیں ہیں آپ خود جوان ہیں۔ اب بچپن کے اس لبادے کو اتار بیٹھئے جس میں چھپ کر آپ سہارے کے متلاشی رہا کرتے تھے اب آپ کو صرف خود اپنا سہارا بننا ہے بلکہ اگر چاہیں تو اپنے جیسے معصوم لوگوں کا بھی سہارا بن سکتے ہیں۔ دنیا میں آپ جیسے لوگ جو ظلم اور تشدد کی بھٹی میں جل کر جوان ہوتے ہیں اکثر کندن بھی بن جاتے ہیں۔ کیونکہ خود دکھوں اور محرومیوں میں زندگی گزارنے کے بعد وہ دوسروں کی محرومیوں کو محسوس کر کے ان کے لئے مہم کا کام دے سکتے ہیں آپ یہ کہتے ہیں کہ حالات نے آپ کی صلاحیتیں سلب کر لیں۔ اگر آپ اپنی فکر کا رخ قدرے بدل کر سوچیں تو آپ کے سامنے ایک نئی دنیا ابھرے گی۔ ایسی دنیا جس کی آپ کو ضرورت ہے۔ ان دہلی ہوئی صلاحیتوں کو اجاگر کرنے کی ضرورت ہے۔ جنہیں آپ نے چھپا رکھا ہے۔ آپ اپنے ذہن کے دروازے کھولنے زندگی میں صرف کانٹے ہی نہیں پھول بھی ہوتے ہیں۔ آپ ابھی سے مایوس ہو گئے ہیں۔ میں ایک ایسے نو جوان کو جانتا ہوں جو بچپن میں سزوں پر اخبار بیچتا تھا اور سکول میں جایا کرتا تھا۔ اسی طرح محنت کر کے اس نے ایم اے کیا آج جب وہ ایم اے کر چکا تو بھی فٹ پاتھ پر رسالے اور اخبار بیچتا ہے۔ اب اس کے رسالے اور اخبارات اتنے فروخت ہوتے ہیں کہ اسے نوکری کی ضرورت نہیں ہے۔ وہ ایم اے کر کے ایک اچھا کاروباری آدمی بن چکا ہے آج بھی آپ اسے کراچی کی لفٹن سٹریٹ پر فٹ پاتھ پر بیٹھ دیکھ سکتے ہیں وہ خوش ہے سرور ہے وہ ایک اعلیٰ تعلیم یافتہ اخبار فروش ہے کیا آپ اس سے بھی گزر رہے ہیں؟ آپ اگر چاہیں تو

دیانتداری اور ایمانداری اور محنت سے روٹی کما سکتے ہیں۔ اور اعلیٰ تعلیم بھی حاصل کر سکتے ہیں۔ شرط صرف یہ ہے کہ دنیا سے اب انتقام لینا چھوڑ دیں اور اپنی زندگی کی تعمیر و ترقی میں مصروف ہو جائیں۔ کسی سہارے کی تلاش چھوڑ دیں۔ اس وقت زندگی کی سرتمیں آپ کے قدموں میں ہوں گی۔

ہوسکتا ہے بد فعل حقیقت میں اچھا نہ

سوال:- میں نے سیکنڈری سکول بورڈ کا امتحان دے رکھا ہے۔ میری عمر سترہ سال کے لگ بھگ ہے۔ میرے دو بڑے بہن بھائی ہیں میرے والد صاحب مجھ سے بہت ہی ناروا سلوک کرتے ہیں میرے بڑے بھائی بھی کبھی ابا جان کے طریق کار پر عمل کرتے ہیں۔ اس کے برعکس ابا جان دوسرے بہن بھائیوں سے اچھا سلوک کرتے ہیں۔ آخر کیوں؟ (ڈوڈو۔۔۔ کراچی)

جواب:- ڈیوڈو! تم نے ابا جان کیا ناروا سلوک کرتے ہیں یہ تو تم نے لکھا ہی نہیں۔ کیا پڑھائی کی وجہ سے ڈانٹتے ہیں، دوستوں کی محفلوں کی بنا پر غما ہوتے ہیں؟ کچھ تو لکھتے آپ؟ عزیزم ماں باپ اپنی اولاد کو اچھا سے اچھا بنانا چاہتے ہیں اور اسی لیے وہ بچوں پر سختی بھی کرتے ہیں تاکہ ان کی آئندہ زندگی بہتر بنے۔ بچے اس ڈانٹ ڈپٹ کو ناروا سلوک سمجھ لیتے ہیں۔ اکثر بچے اپنے فعل کو اچھا سمجھ کر کرتے ہیں، مگر ہوسکتا ہے کہ وہ فعل حقیقت میں اچھا نہ ہو۔ اب ابا جان اگر سزا دیں تو یہ ان کا ناروا سلوک تو نہ ہوا۔ ان باتوں سے اجتناب کرو، اچھے کام کرو پھر شکایت نہ ہوگی۔

ایک بیوی کا نام

سوال:- میری شادی کو آٹھ سال کا عرصہ ہو چکا ہے۔ دو بچوں کا باپ ہوں میری بیوی اپنے آپ کو ملکہ الزبتھ سمجھتی ہے اور چاہتی ہے کہ دفتر سے آکر گھریلو دھندوں میں اس کا ہاتھ بٹاؤں حتیٰ کہ سالن بھی آپ ہی گرم کر کے کھاؤں ہر وقت جلی کٹی باتیں سنانا اس کا شعار بن چکا ہے اور کئی مرتبہ مجھ سے طلاق مانگ چکی ہے میں نے (بقیہ صفحہ نمبر 19 پر)

قرض کی ادائیگی اور غم کے ازالے کا روحانی نسخہ

(مولانا حامد عباس عوی)

حکماء کی زندگیوں کے طبی نجوم

لا علاج امراض کے ایک ہزار سے زائد سینہ در سینہ رہنے والے طبی رازوں سے پردہ اٹھتا ہے۔ حیرت انگیز تجربہ انکشافات لا جواب محنت اور تھکے مشہور ہے کہ لوگ اپنے راز اپنی اولاد کو بھی نہیں دیتے بلکہ چھپا کر قبروں میں ساتھ لے جاتے ہیں۔ شاید یہ بات درست ہو۔ لیکن ہم نے اس کو جھوٹ کر دکھایا ہے وہ اس لئے کہ طبی نجوم ان کے لئے شہرِ تجرِبہ شدہ ہندو، سکھ اور مسلمان حکماء اور اطباء کی سالہا سال کی زندگیوں کا نجوم ہے جو دردی بخور کوں کے بعد انہیں حاصل ہوئے پھر انہوں نے انہیں اپنی ذاتی بیاض میں لکھا اور وہ ہم نے کیسے حاصل کیے یہ طویل کہانی ہے

☆ لا علاج مریضوں کے لئے کہ وہ اپنا علاج خود کر سکتے ہیں ☆ ایسے لوگ جنہیں طبی دنیا میں معلومات کا شوق ہے یا وہ سینہ در سینہ چلنے والے پانا چاہتے ہیں ان کے لیے یہ چھپا ہوا مونی یعنی طبی نجوم ہے۔ قدر دانی کریں اور فائدہ اٹھائیں ☆ خواتین خود پریشان ہوں اور اپنا علاج خود کرتا چاہتی ہوں یا پھر اپنے روگ کی کوتاہی مکتی ہوں خود علاج چاہتی ہوں یا اپنے بچوں کا شافی علاج چاہتی ہوں تو ان کے لیے یہ کتاب ایک نعمت ہے ☆ اس کتاب میں بقرط، جالینوس، تاج ذوق اور ہزاروں سالوں پرانے معالجین کے راز جو آج کی سائنس نے نہ صرف تسلیم کیے بلکہ مزید تحقیق بھی طبی نجوم میں پڑھیں ☆ شافی چورن کا ایک لا جواب نسخہ جو صرف چار اجزاء پر مشتمل ہے لیکن آپ کے گھر بھر کے مسائل میں ایسی مدد کرتے کہ گھر کا کوئی فرد مریض نہ رہے ہاں انکی لاگت صرف چند روپے ہیں ہوتی ثابت مزے کی طبی نجوم میں پڑھیں ☆ حل قرار پانے کا آسان طریقہ بالکل آسان اور ستارہ دماغی اور نگاہوں کی قوت کا لا جواب نسخہ ☆ کھانسی اور دم کی آزمودہ ترکیب ☆ بڑا چارہ در کرنے والا نسخہ ضرور پڑھیں بہت تلاش کے بعد یہ راز کتاب میں لکھا ہے جو نسوں کا راز تھا ☆ نہیں بلکہ آپ کی ہر لا علاج مرض کا کامیاب علاج اس کتاب کے ہر صفحہ پر نہایت آسان سستا اور بالکل آزمودہ جو ہم نے بہت کوشش کے بعد آپ کی خدمت میں پیش کیا ہے۔ اس کتاب کی شکل میں جس کا ایک نسخہ لاکھوں روپے کا جس کا ایک فارمولا انمول جب کوئی ہر طرف سے مایوس ہو جائے تو پھر اس کتاب کی ورق گردانی کرے کتاب اسے مایوس نہ کرے گی اعتدال شرط ہے۔ کیونکہ اس کتاب میں نامور معالجین اور تقسیم ہند کے قبل کے بڑے بڑے بوڑھے سفیاسیوں، سادھوؤں، جوگیوں کے ایسے ایسے راز ہیں کہ دل خوش ہو جائے اور محنت قبول ہو جائے۔

تنبیہ: ماہنامہ ”عقبر“ فرقہ واریت اور ہر قسم کے تعصب سے پاک ہے فرقہ وارانہ اور متعصب موضوعات کی تحریریں ہرگز نہ بھیجیں۔ مضمون نگار کی آراء سے مدیر اور ادارہ کا متفق ہونا ضروری نہیں لہذا کسی مضمون کی اشاعت پر ادارہ جواب دہ نہیں۔

اسے ابو امامہؓ کیا میں تمہیں ایسا نسخہ نہ بتاؤں اور ایسی دعا نہ سکھاؤں کہ اس کو پڑھنے سے غم بھی زائل ہو جائے اور قرض بھی ادا ہو جائے۔ ابو امامہؓ نے عرض کی ضرور یا رسول اللہ ﷺ آپ ﷺ نے فرمایا کہ تم صبح شام یہ دعا پڑھا کرو: ”اے اللہ میں آپ سے پناہ مانگتا ہوں فکر و غم سے، عاجزی و سستی سے، بزدلی و بخل سے، قرضوں کی کثرت اور لوگوں کے ظلم سے۔“

”اللَّهُمَّ إِنِّي أَعُوذُ بِكَ مِنَ الْهَمِّ وَالْحُزْنِ
وَأَعُوذُ بِكَ مِنَ الْعَجْزِ وَالْكَسَلِ
وَأَعُوذُ بِكَ مِنَ الْجُبْنِ وَالْبُخْلِ
وَأَعُوذُ بِكَ مِنْ غَلَبَةِ الدَّيْنِ وَقَهْرِ
الرِّجَالِ“

چند ہی دن گزرے تھے کہ ابو امامہؓ نے اس معجزانہ دعا کو پابندی سے پڑھنے کا اثر دیکھا اور اللہ کے رسول ﷺ سے آکر عرض کیا کہ حضور: میرا غم بھی دور ہوا اور قرض بھی ادا ہوا۔

(بقیہ: نفسیاتی گھریلو الجھنیں اور آزمودہ یقینی علاج)

اسے یہاں تک کہا ہے کہ تعطیل کے روز دونوں بیٹہ کر اپنی مشکلات کا حل تلاش کریں۔ لیکن اس پر کچھ اثر نہیں ہوتا۔ بعض مرتبہ تو غصے میں آکر مجھے نوپنے لگتی ہے۔ میرا ذہنی سکون مفقود ہو چکا ہے۔ کر دینا تو کیا کر دینا؟ (ایک بیوی کا مامرا ہوا۔)

جواب:- محترم میرے پاس ہزاروں خطوط ایسے آچکے ہیں جن میں مرد کے ظلم و ستم کی شکایت ہوتی ہے مگر عورتوں سے متعلق کم ہی خطوط موصول ہوتے ہیں شاید اس لیے کہ مرد اس کی پروا ہی نہیں کرتے یا شاید اس لیے کہ واقعی ایسے واقعات کم ہوتے ہوں جہاں عورت ظالم اور مرد مظلوم ہو۔ آپ کا اپنی اہلیہ سے یہ کہنا کہ چھٹی کے روز بیٹہ کرام شکایتیں جمع کر کے ان کا حل تلاش کر لیا کریں۔ اس بات کی دلیل ہے کہ حقیقت میں آپ مظلوم ہیں کیوں کہ مرد دہشت یں کم اس بات پر آمادہ ہوتے ہیں۔ کہ باقاعدہ پروگرام بنا کر اپنی شکایات کا حل تلاش کرنے بیٹھیں اور گمان غالب ہے کہ آپ کی اہلیہ آپ کی ضرورت سے زیادہ نرمی کی بنا پر غلط رویہ اختیار کر چکی ہیں مگر یہ گمان صرف اسی وقت ثابت ہو سکتا ہے۔ جب مجھے یہ بھی معلوم ہو جائے کہ آپ ازدواجی تعلقات میں مرد پر تو نہیں ہیں۔

اس دنیا میں کون ہے جس کو مسائل کا سامنا نہیں اور اس کو وقفہ وقفہ سے مصائب اور آزمائشوں سے گزرنا نہیں پڑتا، یہ الگ بات ہے کہ کوئی اس پر صبر کرتا ہے اور دوسروں کو محسوس ہونے نہیں دیتا اور کوئی دوسروں سے اس کا برملا اظہار کرتا ہوئے اپنی مصیبت میں مزید اضافہ ہی کرتا ہے۔

کسی کو قرض کی ادائیگی کی فکر ہے تو کسی کو اپنے کاروبار میں نقصان کی شکایت، کسی کو اپنے کسی قریبی عزیز کی ناگفتہ بہاری کا غم تو کسی کو اپنے رشتہ داروں اور محاصرین کی طرف سے اذیت رسانی اور تحماد و تاجفٹ کا شکوہ کسی کی الجھن دینی ہے تو کسی کی دنیاوی، کسی کو اپنی اولاد کے نافرمان ہونے کا دکھ ہے تو کسی کو بیوی کے بے وفا اور بد زبان ہونے یا بھائی بہنوں کی بدسلوکی کا رنج، ان سب سے نجات کیلئے کوئی کسی عامل سے رجوع کرتا ہے تو کوئی تعویذ گنڈے والے شخص سے، اس پر بھی جب اطمینان نہیں ہوتا تو کوئی دوسرا غیر اسلامی و غیر شرعی طریقہ اختیار کرتے ہوئے کسی غیر مسلم ماہر عملیات سے رجوع کرنے میں بھی ہچکچاہٹ محسوس نہیں کرتا، غرض یہ کہ ایک طرف اپنا وقت ضائع کرتا ہے اور دولت بھی اور دوسری طرف اسی کے ساتھ اس کا ایمان بھی کمزور ہوتا ہے اور عقیدہ بھی لیکن انفس کہ اس دوران اس کا اس سلسلہ میں اس نبوی ﷺ علاج کی طرف ذہن نہیں جاتا جس سے ایمان بھی باقی رہتا ہے اور کام بھی بنتا ہے، عقیدہ بھی سلامت رہتا ہے اور غم بھی زائل ہوتا ہے بشرطیکہ پختہ عزم اور مضبوط ارادہ سے اس پر عمل کیا جائے۔

صحابہ کرامؓ بھی ہماری طرح انسان تھے، ان کو بھی اسی طرح کے مسائل و مصائب کا سامنا رہتا تھا لیکن ان میں اور ہم میں فرق صرف یہ تھا کہ وہ ہر حال میں ان سب کا دینی حل ہی تلاش کرتے تھے چنانچہ ایک مرتبہ ایک برگزیدہ صحابی حضرت ابو امامہؓ کو اللہ کے رسول ﷺ نے ایک دفعہ نماز کے بعد خلاف معمول مسجد میں مغموم حالت میں دیکھا تو آپؐ نے ان سے اس کی وجہ دریافت کی، انہوں نے ادا بآ عرض کیا یا رسول اللہ ﷺ: پریشانیاں لاحق ہیں اور قرضوں کا بوجھ ہے جس میں میں گھلتا جا رہا ہوں، آپ ﷺ نے یہ سن کر فرمایا کہ

لیکوریائی کی مرض
میں مبتلا ہوں

ٹانگ اور بازوؤں
میں درد

چہرے پر سیاہ اور بھورے
تل بہت زیادہ ہوتے ہیں

نظر دن بدن کمزور
ہوتی چلی گئی

ابھی سے بوڑھی بوڑھی
کئے لگی ہوں

پہلے ان ہدایات کو غور سے پڑھیں: ان سختی میں امراض کا علاج اور مشورے کا توجہ طلب امر کے لئے پتہ لکھا ہوا جوابی لغافہ ہمراہ ارسال کریں۔ نکتے: ہونے انسانی خون کی پتہ لگانے والے مصلے ہونے خط پھٹ جاتا ہے۔ رازداری کا خیال رکھا جائے گا۔ روحانی مسائل کے لئے تندرہ خط لکھیں۔ نام اور شہر کا نام یا مکمل پتہ خط کے آخر میں ضرور تحریر کریں۔ نوجوانوں کے خطوط احتیاط سے شائع کیے جاتے ہیں ایسے خطوط کے لئے جوابی لغافہ لازم ہے کیونکہ اکثر خطوط اشاعت کے قابل نہیں ہوتے۔ **نوٹ:** وہی غذا کھائیں جو آپ کے لئے تجویز کی گئی ہے۔

چہرے پر سیاہ اور بھورے تل بہت زیادہ ہیں

شازیہ کراچی۔

محترم حکیم صاحب! میں ماہنامہ عبقری میں آپ کا کالم نہایت باقاعدگی سے پڑھتی ہوں اور چند نسخہ جات سے فائدہ بھی حاصل کر چکی ہوں۔ آج میں ایک نہایت پیچیدہ ساسلہ لے کر آپ کی خدمت میں حاضر ہوئی ہوں۔ وہ یہ کہ میرے چہرے پر سیاہ اور بھورے تل بہت زیادہ ہیں اور بال بھی کافی ہیں جو کہ دیکھنے میں بھی اچھے نہیں لگتے۔ میں نے بہت ہو میو پیٹھک ادویات استعمال کی ہیں مگر کوئی خاص فائدہ نہیں ہوا بہت امید کے ساتھ آپ کو یہ خط لکھ رہی ہوں۔ پلیز آپ کوئی بہترین سائنس تجویز فرمائیں۔ اللہ تعالیٰ آپ کو بہترین اجر سے نوازے آمین

جواب:- سب سے پہلی بات تو یہ ہے کہ جن نسخہ جات سے آپ نے نفع حاصل کیا وہ ضرور لکھیں تاکہ دیگر قارئین بھی اعتماد کے ساتھ انہیں استعمال کریں اور آپ کا صدقہ جاریہ شروع ہو جائے۔ دوسرا آپ کے تلوں کے مسئلے میں اگر آپ پہلے اپنے ایام کے مسئلے کی طرف توجہ کریں اور ان کا علاج کریں تو اس سے آپ کے علاج میں بہت مدد ملے گی۔ کھٹی ٹھنڈی بادی چیزوں سے پرہیز کریں بطور دوامجون عشبہ جوارش جالینوس کسی اچھے دواخانے کی لے کر اوپر لکھی ترکیب کے مطابق تین ماہ اور ساتھ چارٹ سے غذا نمبر 2 مستقل مزاجی سے استعمال کریں۔

ابھی سے بوڑھی بوڑھی لگنے لگی ہوں

نفیسہ اشرف، بہاولپور۔

حکیم صاحب! میں اپنا مسئلہ لے کر حاضر ہو رہی ہوں۔ مجھے جواب جلدی چاہئے۔ حکیم صاحب! مجھے الرجی کی شکایت ہے۔ بڑے بڑے دھڑ بن جاتے ہیں۔ اور بہت

نظر دن بدن کمزور ہوتی چلی گئی

خالہ جاوید:-

میں اپنی آنکھوں کے مسئلے کے سلسلے میں آپ کو خط لکھ رہا ہوں 1992ء میں میں نے نوشہرہ میں CMH میں آنکھوں کا چیک اپ کروایا کیونکہ مجھے اشیاء واضح طور پر نظر نہیں آتیں ڈاکٹروں نے نظر چیک کی اور کہا کہ نظر کمزور ہے لہذا نمبر لکھ کر دے دیا۔ کہ میں عینک استعمال کروں لیکن عینک کے باوجود نظر دن بدن کمزور ہوتی چلی گئی اور نمبر بڑھتے گئے پانچ سال تک ایسا ہی ہوتا رہا پھر یہاں آکر دوبارہ چیک اپ ہوا تو ڈاکٹروں نے کہا کہ تمہیں Keratoconas بیماری ہے جو کہ لا علاج ہے۔ الشفاء ہسپتال راولپنڈی، ملٹری ہسپتال، مشن ہسپتال ٹیکسلا ہر جگہ چیک اپ کروایا اور ہر جگہ ڈاکٹروں نے یہی بیماری تشخیص کی اور اسے لا علاج قرار دیا اور کہا کہ ایک ہی حل ہے کہ آنکھ تبدیل کر دلو جب کبھی عطیہ آئے یا اپنے خرچے پر۔ میں نے آپ کے متعلق پڑھا اور آپ کو خط لکھ رہا ہوں کہ اس سلسلے میں روحانی علاج بھی بتا دیں۔ نوٹ اس بیماری میں آنکھ کا کارپنا کوئی طرح ہو جاتا ہے۔

جواب:- بھائی یہ مرض ہرگز لا علاج نہیں۔ بلکہ قابل علاج ہے کچھ ماہ کے اندر کم چھ ماہ توجہ سے مندرج ذیل دوائی استعمال کریں بہت افادہ ہوگا۔ بے شمار مریضوں کی عینک اتر چکی ہے۔ اطریفل اسطخوش۔ اطریفل کشینز خمیرہ گاؤ زبان طریقہ ذبیوں کے اوپر لکھی ترکیب کے مطابق استعمال کریں۔ کسی اچھے دواخانے کی دوائی لے لیں۔ مزید۔ سوف 250 گرام، مصری 250 گرام، کالی مرچ 50 گرام کوٹ کر سوف تیار کریں ایک چمچ دن میں تین بار دودھ یا پانی کے ساتھ اور چارٹ سے غذا نمبر 4-13 استعمال کریں۔

خارش ہوتی ہے۔ اس کے بعد زخم بن جاتے ہیں۔ حیمہ صاحب! الرجی مجھے تقریباً چھ سال سے ہے۔ پہلے سال تو ان میں زخم بن کر پیپ پڑ جاتی تھی۔ پہلے گرمیوں میں ہوتی تھی۔ اب اس ٹھنڈے ٹھٹھے موسم میں ہوتی ہے علاج کر کر کے ختم ہو گئی۔ لیکن کوئی فرق نہیں پڑتا حتیٰ کہ پاؤں کے تلوے اور ہاتھوں کی ہتھیلیاں بھی محفوظ نہیں ہیں۔ حکیم صاحب! میرا دوسرا مسئلہ یہ ہے کہ میرے منہ پر ابھی سے جھریاں پڑنی شروع ہو گئی ہیں۔ جبکہ ابھی میری عمر صرف تیس سال ہے۔ صرف چہرے پر ہے۔ ابھی سے بوڑھی بوڑھی لگنے لگی ہوں۔ پلیز اس کا بھی کوئی حل بتا دیں۔ مہربانی ہوگی۔

جواب:- بہن آپ مہربانی کر کے کھٹی زیادہ ٹھنڈی اور بادی چیزوں سے مکمل پرہیز کریں۔ مزید بطور دوام سوف پودینہ خشک ملٹھی اجوائن ہر ایک پچاس گرام کوٹ پیس کر سوف تیار کریں اور آدھ چمچ دن میں تین بار کھانے سے قبل پانی کے ہمراہ ایک ماہ استعمال کریں۔ الرجی کے لئے بیٹا دفعہ کا آزمودہ نسخہ ہے چارٹ سے غذا نمبر 8-17 استعمال کریں۔

الٹا ٹانگ اور بازوؤں میں بہت درد ہوتا ہے

از فیصل آباد:-

میں ایک گھریلو خاتون ہوں۔ میرے جسم کے مہرے بڑھ گئے ہیں۔ ڈاکٹر نے ایکس رے لے کر کہہ دیا کہ گھٹنوں کے مہرے بڑھے ہوئے تھے۔ میری دائیں ٹانگ بازو اور کندھے میں بہت درد رہتا ہے۔ میں اوپر کی منزل میں رہتی ہوں۔ ڈاکٹر نے سیڑھیاں اترنے سے بھی منع کیا ہے۔ دردی گولیاں کھاتی ہوں تو کچھ آرام آ جاتا ہے ورنہ ویسے ہی درد شروع ہو جاتا ہے۔ برائے مہربانی کوئی دوائی تجویز فرمادیں۔ میرا دوسرا مسئلہ یہ ہے کہ میرا قد چار فٹ گیارہ انچ ہے۔ عمر 42 سال ہے وزن 69 کلو

حصول ملازمت اور روزگار کے لیے سورۃ الفیٰ کا آسان عمل

بیس سال سے چھت کی

طرف نہیں دیکھ

حبیب ابی محمد کی نصیحت سننے کے سبب توبہ

حافظ ابو نعیم کہتے ہیں کہ حبیب ابی محمد کا دنیا کی زندگی کے لطف کو چھوڑ کر آخرت کی زندگی کی طرف آنے کا سبب "حضرت حسن بصری کی مجلس میں آنا اور ان کے وعظ و نصیحت کا اس کے دل میں اتر جانا تھا" پھر وہ اللہ تعالیٰ کے اعتماد اور اس کے ضمان پر اکتفاء کی طرف آ گئے اور انہوں نے اپنا نفس اللہ سے خرید لیا اور چار مرتبہ میں چالیس ہزار درہم صدقہ کئے، پہلے اول نہار میں دس ہزار درہم صدقہ کئے اور کہا اے رب میں نے اس کے بدلے اپنا نفس تجھ سے خرید لیا ہے پھر دس ہزار درہم مزید صدقہ کئے اور کہا کہ اس محل کی توفیق۔ شکر نے کئے ہیں، پھر مزید دس ہزار درہم صدقہ کئے اور کہا اگر تونے پہلے اور دوسرے دس ہزار قبول کر لئے ہیں تو یہ ان سے شکرانے کے ہیں پھر دوبارہ دس ہزار درہم صدقہ کئے اور کہا کہ اگر تونے تیسری مرتبہ کے دس ہزار درہم قبول کر لئے ہیں تو یہ ان کا شکرانہ ہے۔

زاہد، داؤد طائی کی توبہ

انسانی کہتے ہیں کہ داؤد طائی کی توبہ کا قصہ یہ ہوا ہے۔ وہ ایک مقبہ میں داخل ہوئے اور وہاں ایک عورت کو یہ کہتے سنا۔ مقیم الیہاں یبعث اللہ خلقہ لقائوک لا یو جی وانت قریب تو (یہاں) حشر کے وقت تک مقیم ہے تیری ملاقات کی امید نہیں حالانکہ تو قریب ہے۔

تزیل بی بی کل یوم ولیدہ وتلی کما تلی وانت حبیب تیری بوسیدگی رات دن بڑی جاتی ہے اور بوسیدگی کی طرح تو بھلایا جا رہا ہے حالانکہ تو محبوب ہے۔ ابو نعیم کہتے ہیں کہ داؤد دیہات سے آ گئے اور کچھ علم نہیں جانتے تھے پھر وہ برابر علم حاصل کرتے رہے اور عبادت میں مصروف رہے حتیٰ کہ اہل کوفہ کے سردار بن گئے یوسف بن اسباط کہتے ہیں داؤد کو وراثت میں بیس دینار ملے جنہیں انہوں نے بیس سال میں کھایا ابو نعیم کہتے ہیں کہ "داؤد بچا کھچا کھانی لیتے مگر تازہ روٹی نہیں کھاتے تھے اور یہ بھی کہا گیا ہے کہ روٹی چپا کر سالن پینے کے درمیان پچاس آیت کی قرائت کر لیتے ایک مرتبہ ان کے پاس ایک آدمی آیا اس نے کہا کہ آپ کی چھت کی لکڑی ٹوٹ گئی ہے تو داؤد نے کہا کہ مجھے اس گھر میں بیس سال ہو گئے ہیں میں نے نہ چھت نہ دروازہ نہ کھانا نہ پینے لوگ خواجوا نظر لگائے ہیں میں نے انہیں باتوں میں نہ پسند کرتے تھے۔

رَبِّكَ وَمَا قُلِي. وَلَلْ آخِرَةُ خَيْرٌ لَّكَ مِنَ الْأُولَى. وَلَسَوْفَ نُعْطِيكَ رَبَّكَ فَتَرْضَى. أَلَمْ يَجِدْكَ يَتِيمًا فَآوَى. وَوَجَدَكَ ضَالًّا فَهَدَى. وَوَجَدَكَ عَائِلًا فَأَغْنَى. فَأَمَّا الْيَتِيمَ فَلَا تَقْهَرْ. وَأَمَّا السَّائِلَ فَلَا تَنْهَرْ. وَأَمَّا بِنِعْمَةِ رَبِّكَ فَحَدِّث."

حالت مرض کی دعا

جو شخص حالت مرض میں یہ دعا چالیس مرتبہ پڑھے اگر مرے تو شہید کے برابر ثواب ملے گا اور اگر اچھا ہو گیا تو تمام گناہ بخشے جائیں گے۔ "لَا إِلَهَ إِلَّا أَنْتَ سُبْحَانَكَ إِنِّي كُنْتُ مِنَ الظَّالِمِينَ" "تیرے سوا کوئی معبود نہیں تو پاک ہے بے شک میں ہی ظلم کرنے والوں میں سے ہوں (اسوہ رسول اکرم ﷺ ص ۵۷۸)

بچوں کی بدتمیزی کا سبب اور اس کا علاج

بچوں کی بدتمیزی اور نافرمانی کا سبب عموماً والدین کے گناہ ہوتے ہیں۔ خدا تعالیٰ کے ساتھ اپنا معاملہ درست کریں اور تین بار سورہ فاتحہ پانی پر دم کر کے بچے کو پلایا کریں۔ (آپ کے مسائل جلد ۷ ص ۲۰۸ حضرت لدھیانوی شہید)

داؤد اور کان کے درخت کے لیے

جو شخص ہر چھبک کے وقت "الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ عَلَى كُلِّ حَالٍ مَا كَانَ" کہے تو داؤد اور کان کا درد بھی بھی محسوس نہ کرے گا۔ (حسن حصین ابن ابی شیبہ ص ۳۳۵)۔

ملفوظ خاص

قرآنی آیات اور احادیث کی اردو عربی تحریر میں اگر کپوزنگ کی غلطی رہ گئی ہو تو ضرور اطلاع کریں، حتی المقدور کوشش کے باوجود بھی کہیں کی بیشی ہو سکتی ہے، آپ کے مشکور ہو گئے۔ اللہ تعالیٰ ہمیں حق، سچ لکھنے کی توفیق عطا فرمائے۔

ماتے عطا فرمائے

جن کا حافظہ کمزور ہو تو وہ سات دن تک ان آیات کریمہ کو روٹی کے ٹکڑوں پر لکھ کر کھالیا کریں۔ ترتیب اس طرح ہے کہ ہفتہ کو یہ آیت لکھ کر کھائے۔

"فَتَعَلَى اللَّهِ الْمَلِكُ الْحَقُّ"

اتوار کے روز یہ لکھے

"رَبِّ زِدْنِي عِلْمًا"

پیر کے روز یہ لکھے

"سَنُقَرِّبُكَ فَلَا تَنْسَى"

منگل کے روز یہ لکھے۔

"إِنَّهُ يَعْلَمُ الْجَهْرَ وَمَا يَخْفَى"

بدھ کے روز یہ لکھے

"لَا تَحْزَنْكَ بِهِ لِسَانُكَ لِيَفْعَلَ بِهِ"

جمعرات کے روز یہ لکھے

"إِنْ عَلَيْنَا جُمُوعُهُ وَقُرْآنَهُ"

جمعہ کو روز یہ لکھے

"فَلَمَّا قَرَأْنَا لَهُ فَاتِحَةَ الْقُرْآنِ"

یہ سب آیات صبح کے وقت با وضو لکھ کر کھلائیں ان شاء اللہ حافظ قوی ہوگا۔ (فلاح دارین) (بحوالہ خزائنہ اعمال ﷺ ص ۱۷)

حصول ملازمت کے لیے سورۃ الفیٰ کا خاص عمل

سورہ الفیٰ کو عالمین نے پرتا شیر مانا ہے اس میں نو مقام پر کاف (ک) آیا ہے۔ آپ نماز فجر کے بعد وہیں بیٹھیں اور یہ سورہ پاک اس طرح پڑھیں کہ جب کاف آئے تو "یا کریم" نو مرتبہ پڑھیں یہ عمل صرف نوایام کریں ملازمت ملے گی اگر خدا خواست ملازمت نہ ملی تو یہ عمل اٹھارہ مرتبہ پڑھیں اگر پھر بھی حاجت پوری نہ ہو تو ستائیس مرتبہ پڑھیں اور ہر کاف پر ستائیس مرتبہ "یا کریم" پڑھیں۔ بفضل خدا شریعہ ملازمت مل جائے گی (شرعی علاج) (بحوالہ خزائنہ اعمال ص ۱۱)

"بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ"

"وَالصُّحَى. وَالْبَلِّ إِذَا سَجَى. مَا وَدَّعَكَ"

(3426)

حضرت مولانا رکن الدین ”مقائیس المجالس“ میں لکھتے ہیں کہ خواجہ نور محمد مہارویؒ کے سامنے زیارت رسول ﷺ کے متعلق گفتگو ہونے لگی آپ نے فرمایا کہ حضرت خواجہ کلیم اللہ جہاں آبادیؒ نے فرمایا کہ جو شخص ایک لاکھ مرتبہ اس درود شریف کو پڑھے اسکے ساتھ رسول خدا ﷺ بے حجاب اور بے حساب کلام فرماتے ہیں درود شریف یہ ہے۔ اَللّٰهُمَّ صَلِّ وَسَلِّمْ عَلٰی سَيِّدِنَا رَسُوْلِكَ مُحَمَّدٍ تَعِيْنِكَ الْاَقْدَمَ وَالْمَظْهَرُ الْاَتَمُّ لَا سَمَكَ الْاَعْظَمُ بَعْدَ تَجَلِّيَاتِ ذٰلِكَ وَ تَعِيْنَاتِ صِفَاتِكَ وَعَلٰی اِلٰهِ كَذٰلِكَ ۔ اس کے بعد فرمایا کہ یہ شرط بھی نہیں ہے کہ روزمرہ مقررہ تعداد میں پڑھے بلکہ ہر روز جس قدر ہو سکے پڑھے حتیٰ کہ ایک لاکھ پورا ہو جائے۔ اسلوب الفاظ و تعین اوقات و ایام بھی مشروط نہیں۔ ناغہ بلا ضرورت یا با ضرورت ہو جائے تو بھی کوئی حرج نہیں۔ آپ کی کتابوں کے خطبات سے معلوم ہوتا ہے کہ درود شریف ان کی اپنی تالیف ہے چنانچہ ”خطبہ قائمہ“ میں تحریر فرماتے ہیں۔ صل علیٰ تعینک الاقدم و مظهر الاتم الاسمل الا عظم اور مرتد شریف کے خطبہ میں لکھتے ہیں۔ صل علیٰ

منہ مدینہ طیبہ کی طرف ہو اور دل حضور اقدس ﷺ کی طرف، دست بستہ پڑھے یہ تصور باندھے کہ روضہ انور کے حضور حاضر ہوں اور یقین جانے کہ حضور ﷺ مجھے دیکھ رہے ہیں میری آواز سن رہے ہیں میرے دل کے خطروں سے آگاہ ہیں۔ وہ درود پاک یہ ہے:- اَللّٰهُمَّ صَلِّ عَلٰی سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ كَمَا اَمَرْتَنَا اَنْ نَّصَلِّيَ عَلَيْهِ ۚ اَللّٰهُمَّ صَلِّ سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ كَمَا هُوَ اَهْلُهُ ۚ اَللّٰهُمَّ صَلِّ سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ كَمَا نَحِبُّ وَتَرْضٰى لَهٗ ۚ اَللّٰهُمَّ صَلِّ عَلٰی رُوْحِ سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ فِی الْاَرْوَاحِ ۚ اَللّٰهُمَّ صَلِّ عَلٰی سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ فِی الْاَجْسَادِ ۚ اَللّٰهُمَّ صَلِّ عَلٰی قَبْرِ سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ فِی الْقُبُوْرِ ۚ صَلِّ اللّٰهُ عَلٰی سَيِّدِنَا وَ مَوْلَانَا مُحَمَّدٍ ۚ حضرت مولانا اشرف علی تھانویؒ زاد السعید میں تحریر فرماتے ہیں کہ سب سے زیادہ لذیذ تر اور شیریں تر خاصیت درود شریف کی یہ ہے کہ اس کی بدولت عشاق کو خواب میں حضور پر نور ﷺ کی دولت و یدار میسر آتی ہے۔ (خزینہ رحمت)۔ (ولیفہ الکریمہ) (فیضان سنت) (قطب الارشاد) (کلمات عزیز)

گرد و نواح کے پہاڑ، درخت، آنے جانے والے لوگ سب دکھائی
دیتے گئے۔ میں نے سوچا "کی کوئی خواب تو نہیں؟" لیکن خیال آیا
کہ یہ وہ نہیں۔ حقیقت ہے۔ میرے مالک نے میری التجائیں سن لی
میں اس وقت تک کہ میری برکت سے مجھے کھوئی ہوئی بیٹائی کی بے مثال
نعمت یاد آ رہی تھی۔ تب میں وہ بارہویہ کرے میں آئی۔ قرآن
یا کچھ دوسرے نظر آیا۔ میں نے سوچا کہ اس نے کیا کیا ہے؟
خوب چڑھا اور پھوکل کر دیکھا تو اس کے مبارک حروف میرے سامنے
چھوڑ گئے تھے۔ اب میں خوشی سے کہتا ہوں "قرآن، اللہ
کے نام سے پڑھنے لگی۔" یہ وہی ہے، قرآن، میری بیٹائی،
کریم جان بھاکر آئی اور پوچھا "کیا بات ہے خیر تو ہے؟" میں نے
سب التجائیں سنائیں۔ میں نے کہا "نہیں، میں نے کچھ نہیں
ہو گی۔" میں میری بیٹائی کوٹ آئی ہے اور اب میں باقاعدہ ذکر کر کے قرآن
پڑھ رہی ہوں۔ کریم جان بھی خوشی اور تعجب سے نہال ہوئی۔ اس نے
زور زور سے آوازیں دے کر کھر کے سب افراد کو بلایا اور انہیں اس
معجزے کی اطلاع دی۔ سب حیران ہوئے۔ اس وقت تھے والدہ کی حوا
کرنے لگے۔ جلدی بہ اطلاع سارے گاؤں میں پھیل گئی اور سب
لوگ آکر مجھے مبارکباد دینے لگے۔ سب قرآن یا ک کے اس معجزے
پر حیران تھے۔ اب اور عروب بھی... بیٹائی کی بحالی پر میں نے خوب کمر
ڈکالی اور چند دنوں میں قرآن پاک تم۔ یاد۔

رات لڑکی کو خواب آیا، بھگوان بولا تم بالکل اچھی ہو

آپ بھی اپنے مشابہت لکھیں صدقہ جاریہ ہے بے رابطہ بی بیوں نے ہوں تحریر ہم سنواریں گے۔

میری سہیلی بانی زندگی کا ایک عجیب واقعہ

بوڑھا پرشار تھی دش جو پیشاب کی کثرت کا علاج کرانے اکثر میرے پاس آتا رہتا تھا۔ ایک روز بہت سویرے ایک نوجوان اور تندرست عورت کے ساتھ آیا۔ دش ہاتھوں پر ایک چھوٹا سا بچہ اٹھائے ہوئے تھا جو لگا تار چیخیں مار کر رو رہا تھا۔ اس نے آتے ہی اس روتے ہوئے بچے کو میری گود میں ڈال دیا اور پرنام کرنے کے انداز میں ہاتھ جوڑ کر روتے ہوئے بولا۔ ”اسے بچاؤ بابا، اسے بچاؤ!“ اسے بچاؤ!“ اس کے گالوں پر آنسوؤں کی موٹی موٹی بوندیں ڈھلک رہی تھیں۔ ”کیا بات ہے دش؟“ میں نے اس ننھے منے خوبصورت بچے کو غور سے دیکھا۔ وہ بالکل بھلا چنگا تھا۔ ”اس کے دودھ نہیں بنتا بابا!“ اس نے اپنے ساتھ والی عورت کی طرف اشارہ کرتے ہوئے کہا۔ ”یہ کون ہے تیری بی بی؟“

ہماری بی بی ہے بابا! دو بچے پہلے ہوئے ہیں، دونوں مر گئے۔ یہ تیسرا بچہ ہے اور دودھ بالکل نہیں آتا۔ بھوکا مارجا رہا ہے۔ یہ بکری کا دودھ بالکل ہضم نہیں کرتا لٹی کر دیتا ہے اور سو گھومڑا (دست) کرتا ہے، سویرے سے شام تک، پر کل سے گھومڑا نہیں کیا۔ ہم نے ڈبہ کا دودھ پلا، بہت مہنگا ملا۔ آگے کو نہیں پلا سکتا یہ دودھ۔“

میں نے عورت کو دیکھا وہ بالکل صحت مند تھی۔ میں نے مختلف سوالات کئے۔ اس وقت وہ بالکل اچھی تھی۔ کوئی ایسی بیماری نہ تھی جسے دودھ کی کمی، بلکہ فقدان کا سبب کہا جاسکتا۔ میں نے دودھ بڑھانے کا ایک نسخہ لکھ دیا اور دش سے کہا: ”اپنی بی بی کو خوب دودھ پلاؤ اور دوائی مکھن کے ساتھ کھانے کو دو، پھل بھی دو اور دوائی بھی، دودھ اترنے لگے گا۔“ ”دودھ مکھن، پھل، ہم سب کچھ دے چکا بابا!“ ”اب اور دو، اس دوا کے ساتھ!“ دش کو اطمینان نہیں ہوا، وہ پرچلے کر چلا گیا۔ پانچویں دن رات کو آٹھ بجے وہ پھر روتا ہوا میرے پاس آیا اور گھر چل کر مرلیضہ کو دیکھنے کی خواہش کی۔

میں چند اندھیرے اور چچیدار بیبیوں سے گزر کر مرلیضہ تک پہنچا۔ وہ زمین پر بچھے ہوئے ایک گدے پر پڑی تھی، مجھے کچھ کراٹھ پیٹھی۔ بچہ اس کے پہلو میں لیٹا چیخیں مار رہا تھا۔ آج بہت ہی بری طرح رو رہا تھا۔ ایک طرف ایلوٹیم کی میلی کٹوری میں ڈبے کا ذرا سا دودھ رکھا تھا۔

”کچھ بھی فرق نہیں پڑا، دش بولا اور اب ڈبے کا دودھ بھی ہضم نہیں کرتا ہے۔ اس کا پیٹ پھول گیا ہے دوپہر سے“ میں نے مرلیضہ کو ایک بار اور غور سے دیکھا، وہ کچھ بڑھی لکھی تھی۔ اس نے کہا ”بابا ہمارے دو بچے گزر چکے ہیں۔ دونوں کو ملا (خارش، فساد خون) کی بیماری پھیل گئی تھی۔ پہلے پہل ہمیں دودھ اترتا تھا مگر بچے کو پلاتے ہوئے ہمیں ڈر لگا، کہیں ہمارا دودھ پی کر یہ بھی۔۔۔۔۔ اور پھر دودھ سوک گیا۔“ دش بولا ”اسے وہم ہو گیا تھا کہ اس بچے کو بھی ویسی ہی بیماری ہو جائے گی جیسے کہ دو بچوں کو ہو چکی تھی۔ یہ دودھ پلانے سے رک گئی۔ دش بولا وہم مت کرو، پر دودھ تو اترے۔“ اب بیماری میری کچھ میں آچکی تھی۔ میں نے علاج کو بالکل بدل دینے کا ارادہ کر لیا اور پہلے دش کی لڑکی کو پوری کوشش سے یقین دلایا کہ وہ بالکل بیمار نہیں ہے اور اس کا دودھ پینے سے بچہ کو کسی قسم کا نقصان نہیں ہوگا۔ البتہ دودھ نہ پلانے سے اس کی جان خطرے میں پڑ جائے گی۔ اسے صرف ماں کے دودھ کی ضرورت ہے۔ وہ ڈبے یا گائے، بکری کا دودھ بالکل ہضم نہ کر سکے گا۔ یہ صرف تمہارے دودھ ہی سے زندہ رہ سکتا ہے۔“

اس نے میری بات سنتے ہی بچے کو گدے سے اٹھا کر اپنے سینے کے ساتھ چمٹا لیا، اور دوبارہ دودھ پلانے کی کوشش کی۔ مگر تھوڑی ہی دیر بعد ایک جھج مار کر منہ کھول دیا۔ دودھ کی ایک بوند بھی اس کے منہ میں نہ گئی تو اس نے رونا شروع کر دیا۔ اس نے دوبارہ کوشش کی لیکن ناکامی ہوئی۔ میں نے کہا اگر تم کامیاب نہ ہو سکی تو بچے کی جان نہیں بچ سکتی۔ تم اپنے دل سے سارے وہم نکال ڈالو اور اسے

اپنے ساتھ لگائے رکھو، آٹھ منہ میں لے جھٹ چھوڑ دیتا ہے۔ دودھ نہیں پی سکتا ہے تو بچہ چڑ جاتا ہے۔“ اس کی بالکل پرواہ مت کرو۔“ کوئی دوا بھی دو بابا!“

میں نے دل کی طاقت کیلئے ایک دوا دیتے ہوئے کہا۔ ”ایک خوراک ابھی دوا ایک رات کو دینا۔“ اس کے بعد دش کی لڑکی کو دوبارہ سمجھا کر میں واپس آ گیا۔ صبح سویرے ہی دش آیا۔ بہت خوش تھا۔ اس نے کہا: ”بابا لڑکی کو رات خواب ہوا۔ بھگوان بولا تم بالکل اچھا ہے اور اسی لہجہ اس کو محسوس ہوا کہ وہ اپنے بچے کی بھوک مٹا سکتی ہے۔ ابھی اس نے بچہ کو خوب پیٹ بھر کر دودھ پلا دیا اور وہ آئندہ ہو کر سو گیا۔ بہت اچھا دوا دیا تم نے۔ ایک وزن (خوراک) دہی دوا اور دے گا۔“ اب دوا کی ضرورت نہیں دش۔ اس کا علاج میں نے نہیں لکھا ہی ہے، جب تک تمہاری لڑکی کو یہ ڈر رہا کہ اس کا دودھ پینے سے بچہ مر جائے گا۔ اس کی نفسیاتی طاقت دودھ کے راستوں میں دیوار بن کر کھڑی ہو گئی اور جب اسے یقین ہو گیا کہ بچہ اس کا دودھ پی کر مرے گا نہیں بلکہ دودھ نہ پینے سے مرنے کا خوف ہے تو اللہ نے اس نفسیاتی دیوار کو دودھ کے راستوں سے ہٹا لیا اور دودھ کی دونوں سوکھی نہریں بننے لگیں۔ ”کیا بات بولتا ہے بابا“ دش زور سے ہنس دیا۔ اس کے بڑے بڑے دانت کھل گئے۔ ”ہم نہیں مانتا بابا۔ تمہاری ہی دوا سے دودھ آ رہا ہے۔ ایک وزن دوا اور دے گا!“

(حکیم، ڈاکٹر سید علی کوثر۔ چاند پوری)

قارئین کی جتنی رائے

معزز قارئین یہ رسالہ آپ کا اپنا ہے، کیا آپ کوئی ایسا کام کرنا چاہتے ہیں جس سے مخلوق خدا کو نفع ہو، یقیناً آپ ہا جواب ہاں ہی ہوگا، تو پھر ماہنامہ عبقری کے صفحات پر اپنی توجہ مرکوز کیجئے، آپ نے ضرور محسوس کیا ہوگا کہ یہ رسالہ سراسر مخلوق خدا کے لئے نفع رساں ہے، آئیے آپ بھی اپنا حصہ ملائیے، آپ اپنی قیمتی آراء جو اس رسالے کی بہتری میں ہماری مددگار ثابت ہو سکیں ہمیں ضرور ارسال کریں، تاکہ اس رسالے کو ایک معیاری بنا کر مخلوق خدا کے روحانی، جسمانی اور نفسیاتی مسائل کے حل کا ٹھیک خادم ثابت کیا جاسکے۔ اپنے قیمتی مشورے مندرجہ ذیل ای میل پر بھی بھیج سکتے ہیں

ubqari@hotmail.com

کھوئی ہوئی بینائی دوبارہ پانے کا ایک بے مثال واقعہ

یہ حیرت انگیز اور ایمان افروز واقعہ مجھے سرد غلام جیلانی صاحب نے سنایا۔ سردار صاحب وحدت روز لاہور پر بجلی کے سامان کے تاجر ہیں اور میرے گھر کے قریب ہی رہتے ہیں۔ ان کا تعلق آزاد کشمیر سے ہے۔ بڑے پروقار، سنجیدہ، اعلیٰ تعلیم یافتہ اور با عمل مسلمان ہیں۔ انھوں نے بتایا کہ وہ موضع گورا، تحصیل پلندری، ضلع سدھوتی کے زمیندار گھرانے سے تعلق رکھتے ہیں۔ گورا گاؤں راولپنڈی سے ۹۶ کلومیٹر جنوب مشرق واقع ہے۔ پولیس کالج، سہالہ سے آزاد چن جانے والی سڑک ادھر کو جاتی ہے۔ سردار صاحب نے واقعہ کچھ یوں سنایا:

”میرے گاؤں میں ریٹائرڈ کیپٹن محمد صدیق خان بڑے ہی نیک انسان ہیں۔ وہ انسانی ہمدردی کے پیکر جسم، فوج سے ریٹائرڈ منٹ کے بعد گاؤں ہی میں زمیندارہ کرتے اور فرائی کاموں میں بڑھ چڑھ کر حصہ لیتے ہیں۔ رشتے میں میرے پھوپھا ہیں۔ ان کی والدہ محترمہ سماء مہر جان (زوجہ حسین خان مرحوم ۸۵ سال کی بزرگ خاتون ہیں۔ وہ اگر چہ ان پڑھ ہیں لیکن قرآن پڑھنا اور پڑھانا ان کا عمر بھر محبوب ترین مشغلہ رہا ہے۔ قرآن سے ان کے شغف کا یہ عالم ہے کہ 1985ء میں انھوں نے تقریباً ستر سال کی عمر میں اصرار کر کے اپنی پوتیوں سے اردو پڑھنا سیکھی۔ پوتیاں کالج میں پڑھتی تھیں اور مذاق کرتی تھیں ”دادی اماں اب آپ اردو پڑھ کر کیا کریں گی؟“ وہ جواب دیتیں کہ قرآن کو ترجیح کے ساتھ سمجھنا چاہتی ہوں۔ چنانچہ انھوں نے واقعی اردو پڑھنا سیکھ لیا اور دو سال میں پورا قرآن پاک ترجمے کے ساتھ ختم کر لیا۔ خدا کا کرنا 1987ء میں مہر جان کی بائیں آنکھ میں درد شروع ہو گیا جو بڑھتا چلا گیا۔ 1988ء میں موصوفہ اپنے دوسرے بیٹے محمد نذیر (سرکاری ملازم، کالے پل، کراچی) کے پاس چلی گئیں۔ وہاں ایک ڈاکٹر نے بتایا کہ آنکھ میں کالا موتیا اتر آیا ہے اس لیے آپریشن نہیں ہو سکتا۔ جلد ہی دوسری آنکھ بھی اسی کیفیت سے دوچار ہو گئی تو 1991ء میں الشفاء اسپتال راولپنڈی میں دائیں آنکھ کا آپریشن ہوا لیکن بینائی میں چنداں فرق نہ پڑا اور ایک سال بعد دونوں آنکھوں کا نور کا فور ہو گیا۔ مہر جان کی دنیا اندھیر ہو گئی لیکن انھیں سب سے بڑا صدمہ یہ تھا کہ وہ قرآن

کی تلاوت اور زیارت سے محروم ہو گئی ہیں۔ اس تصور نے انہیں ہلکان کر دیا وہ مایہ بے آب کی طرح تڑپتی رہتیں کیونکہ کلام پاک کی نعمت ان سے چھین گئی تھی۔ انھوں نے رورو کر اپنے بیٹے کیپٹن محمد صدیق سے التجا کی کہ وہ انھیں کسی لائق ڈاکٹر کے پاس لے جائے اور علاج کرائے تاکہ بینائی کی بحالی کی کوئی صورت نکل سکے۔ ایک روز کیپٹن صدیق انھیں راولپنڈی کے الشفاء آئی سنٹر میں لے آئے اور وہاں اسپیشلسٹ ڈاکٹروں سے ان کی آنکھوں کا معائنہ کروایا۔ سب کا بالافتاق فیصلہ تھا کہ آنکھوں کی بینائی مکمل طور پر ختم ہو چکی ہے اور اب اس کی بحالی کا ہرگز امکان نہیں۔ سب ڈاکٹروں نے مہر جان بی بی کو صبر کی تلقین کی اور اللہ سے دعا کرنے کا مشورہ دیا۔ لیکن مہر جان کا اصرار تھا کہ ہر قیمت پر ان کا علاج کرایا جائے، وہ بعد رفتیں کہ انہیں کسی دوسرے ڈاکٹر کے پاس لے جایا جائے۔ چنانچہ ماں کی آہ و زاری اور اصرار سے متاثر ہو کر کیپٹن محمد صدیق انہیں فوجی فائونڈیشن اسپتال مورگاہ (پنڈی) لے گئے۔ یہاں بھی سب ڈاکٹروں نے مکمل معائنے کے بعد یہی مایوس کن رپورٹ دی کہ دماغ میں بینائی کا سرچشمہ خشک ہو گیا ہے اور اب اس کی بحالی کسی صورت بھی ممکن نہیں۔ 1998ء میں موضع گورا میں آئی کیپٹن لگا۔ ملک کے مختلف اسپتالوں سے معروف ماہرین امراض چشم یہاں جمع ہوئے۔ ان میں ڈاکٹر محمد منظور ملک (ملتان آئی کلینک) ڈاکٹر محمد ایاز (واپڈ اسپتال راولپنڈی) ڈاکٹر محمد اجمل اور ڈاکٹر حمید (شیخ زید اسپتال، لاہور) شامل تھے۔ اماں مہر جان کو کھپ میں لایا گیا۔ وہ سب ڈاکٹروں سے فردا فردا ملیں اور اضطراب اور اصرار کے ساتھ درخواست کی کہ ان کی آنکھوں کا علاج کیا جائے۔ وہ ہنکار کے ساتھ کہتی تھیں ”اللہ مجھے بینائی کی نعمت دوبارہ ضرور فرمائے گا۔ میری زندگی کی سب سے بڑی تمنا یہی ہے کہ میں قرآن پڑھتی رہوں اور جب دنیا سے کوچ کروں تو میرے لب قرآن کی تلاوت کر رہے ہوں۔“ لیکن کسی بھی ڈاکٹر نے ان کو امید کی بشارت نہ دی۔ سب نے تاسف اور دکھ کے ساتھ انھیں بتایا کہ ان کی بینائی کے سوتے خشک ہو چکے ہیں۔ جن کی بحالی کے دور دور تک امکانات نہیں۔ ڈاکٹر منظور

ملک نے بتایا کہ جب وہ اماں مہر جان کی آنکھوں کا معائنہ کر رہے تھے تو وہ درود پاک کا ورد کر رہی تھی اور یقین و اعتماد سے کہہ رہی تھی کہ اللہ تعالیٰ ان کی آنکھیں روشن کر دے گا

1999ء کا رمضان آیا تو مہر جان کی بے قراری غیر معمولی حد تک بڑھ گئی۔ ان کا زندگی بھر کا معمول تھا کہ وہ خصوصاً رمضان المبارک میں تلاوت کا غیر معمولی اہتمام کرتیں اور کئی بار قرآن پاک ختم کر لیتیں تھیں، لیکن بینائی کے خاتمے نے انھیں زندگی کے سب سے بڑے لطف اور راحت سے دور کر دیا تھا۔ تب انھوں نے اپنی محرومی کا مداوا عجیب و غریب طریقے سے کیا۔ عشق نے محبوب سے ملاقات کا نیا ڈھنگ ایجاد کر لیا، اماں مہر جان نے ایسا قرآن منگوایا جس کے ہر صفحے پر ابھری ہوئی تیرہ سطریں تھیں۔ وہ یہ قرآن پاک گود میں رکھتیں، اسے کھولتیں، بسم اللہ الرحمن الرحیم کہہ کر ایک سطر پر انگلی پھیر دیتیں، اور تیرہ بار بسم اللہ الرحمن الرحیم پڑھ کر صفحہ مکمل کر لیتیں..... یوں اس طریقے کے ذریعے 1999ء کے رمضان میں انھوں نے دوبار قرآن پاک ختم کر لیا۔ اس رمضان میں اماں مہر جان کو کئی بار خواب آیا کہ ان کی بینائی لوٹ آئی ہے، لیکن جب وہ نیند سے بیدار ہوتیں تو ماحول بدستور تاریک پاتیں۔ تب رورو کر آہ و زاری کرتیں، اللہ سے دعائیں کرتیں کہ الہی میری بینائی بحال کر دیجئے تاکہ میں قرآن کے الفاظ دیکھ اور پڑھ سکوں۔ اس طرح رمضان بھی گزر گیا، عید الفطر آ گئی، گھر میں قریب و جوار کے سارے رشتے دار اکٹھے ہوئے لیکن اماں مہر جان کے لیے کسی کو دیکھنا ممکن نہ تھا، تاہم وہ آوازوں سے سب کو پہچانتی اور سب کا حال احوال پوچھتی تھیں۔ 1999ء کی عید الاضحیٰ کے موقع پر سردار غلام جیلانی اپنے گاؤں گئے تو اماں مہر جان نے انہیں بتایا ”پچھلے رمضان کے بعد شوال گزرا، ذیقعد آیا۔ ایک رات میں سوئی ہوئی تھی کہ خواب میں آواز آئی تمہاری بینائی بحال کر دی گئی ہے۔ میں خوشی سے نہال ہو گئی۔ بیدار ہوئی تو اندازہ ہوا کہ فجر کا وقت ہو رہا ہے۔ وضو کیا، نماز پڑھنے لگی تو آنکھوں کے سامنے روشنی محسوس ہوئی مجھے جائے نماز نظر آرہی تھی۔ نماز سے فارغ ہو کر میں کمرے سے باہر محن میں آئی تو ارد گرد کے مکانات دکھائی دینے لگے۔“ میں بے پایاں خوشی سے سرشار ہو گئی لیکن میں نے ضبط کیا اور خاموش رہی۔ طلوع آفتاب کے آثار واضح ہوئے تو مجھے ہر چیز نمایاں طور پر نظر آنے لگی۔

(بقیہ صفحہ نمبر 23 پر)

نہانے کا خوف * تباہی کا راستہ * نیند نہیں آتی * منفی خیالات * ذہن پر بوجھ

قارئین! جب اپنی زندگی پر غزاں آتی ہے تو بے دینی اور کالی، نیا کالے جادو سے۔ اگر آپ کسی کالی، نیا کالی، یونی کالے جادو سے ڈرے ہوئے ہیں تو انھیں ہم قرآن، سنت اور شریعت میں اس کا حل کریں گے۔ جس کا معادہ دعا ہے۔ براہ کرم لفافے میں کسی قسم کی نقدی نہ بھیجیں توجہ طلب امور سے پتہ چھا ہوا ہے جو ابی لفظ ہمراہ ارسال کریں۔ خطوط ملتے ہوئے اضافی کو نہ دیا نیپ نہ لگا نیں خط کھولتے وقت پھٹ جاتا ہے۔ رازداری کا خیال رکھا جائے گا۔ کسی فرد کا نام اور کسی شہر کا نام یا مکمل پتہ خط کے آخر میں ضرور لکھیں۔ جسمانی مسئلے کے لئے خط علیحدہ ڈالیں۔

نیند نہیں آتی

(محمد علی..... لاہور)

میں کئی برسوں سے نیند کی کمی میں مبتلا ہوں۔ نیند نہ ہونے کے برابر آتی ہے، پوری رات بستر پر لیٹنے یا کروش بدلتے گزر جاتی ہے۔ دن کو بھی نیند کا غلبہ ہوتا کہ رات کو نیند کی کمی دن کے اوقات میں پوری کر لی جائے۔ کئی ادویات بھی استعمال کر چکا ہوں۔ کچھ عرصہ نیند کا وقفہ ذرا سا بڑھتا ہے، لیکن پھر وہی حالت ہو جاتی ہے۔ میں یہ سوچ سوچ کر پریشان ہوں کہ نیند نہیں آئے گی تو کیا ہوگا، میری عمر اس وقت تیس سال کے قریب ہے۔

جواب:- رات سونے کے گھنٹہ بھر قبل ایک گلاس دودھ میں ذرا سا پانی ملا کر پی لیں۔ جب سونے کے لیے لیٹیں تو یہ تصور کریں۔ کہ آپ ایک جھرنے کے قریب موجود ہیں۔ عالم تصور میں جھرنے کو گرتے دیکھیں اور ساتھ ہی پانی گرنے کی آواز کا تصور بھی قائم رکھیں۔ متبادل طریقہ یہ ہے کہ خود کو ایک بڑے دری یا سمندر میں ڈوبا ہوا تصور کریں اور ان دونوں

ٹھنڈی مراد

گرمی کی جلن سوزش جب جسم میں بڑھ جاتی ہے تو پھر سانس کا پھولنا، سر پھکرنا ہاتھ پاؤں میں جلن اور تپش منہ کی خشکی، آنکھوں کے سامنے اندھیرا، دل ڈوب جانا، بھوک ختم، چہرہ کارنگ سیاہ ہو جانا اور حلقے پڑ جانا، قبض، بلڈ پریشر ہائی، نیند میں بے چینی اور کمی، چونک اٹھنا، سونے کے بعد بھی جسم ٹوٹا ٹوٹا رہتا حتیٰ کہ نوجوانوں میں قطرے، جریان احتلام وغیرہ عورتوں میں لیکور یا اور دیگر امراض ان تمام کے لیے ٹھنڈی مراد صدیوں سے آزمودہ دوا ہے۔

کچھ عرصہ مستقل استعمال کرنا ہمیشہ کے لیے فائدہ مند ہے 1/2 سے ایک چمچ چھوٹا دودھ کی لسی کے ہمراہ دن میں 3 سے 5 بار نی ڈلی۔ 100/ روپے علاوہ ڈاک خرچ۔

خرید نہیں سکتا۔

جواب:- پہلے آپ اپنے اندرونی تبدیلی پیدا کریں اور یہی آپ کی اولین ضرورت ہے۔ توجہ ارادی کے استعمال۔ انشاء اللہ آپ اپنے اندرونی تبدیلی پیدا کرنے میں کامیاب ہو جائیں گے اور یہی تبدیلی جسمانی تعمیر و تندرستی پر بھی اثر انداز ہوگی۔ خود کو تباہ حال اور محروم و مجبور سمجھنے کے بجائے ذہن سے یہ تمام باتیں حذف کر کے عمل کی طرف توجہ دیں۔ اچھی مصروفیات تلاش کر کے ان میں مشغول ہوں اور منصوبہ بندی کے ساتھ اپنا مستقبل بنانے کی کوشش کریں۔ نازکی پابندی کریں اور نماز فجر کے بعد پندرہ بیس منٹ تک چلتے پھرتے اللہ کا ذکر دل ہی دل میں کیا کریں۔ رات سونے سے پہلے خالی پیٹ دس منٹ تک آہستگی سے گہری سانس لیں اور آنکھیں بند کر کے یہ تصور کریں کہ آپ اپنے دل کے اندر دیکھ رہے ہیں۔ یہ تصور دس منٹ تک کیا جائے۔ باغبانی کریں اور گھلوں میں پودے لگا کر ان کی نگہداشت کیا کریں

جہنم

احمد علی۔۔۔۔۔ سٹی لاہور

میں ایک چھوٹا سا کاروبار کر رہا ہوں، لیکن کچھ عرصہ سے حالات ساتھ نہیں دے رہے ہیں۔ اپنے طور پر کوشش کر رہا ہوں لیکن تاحال وہی معاملہ ہے، کوئی کہتا ہے کہ حاسد کی نظر بد ہے اور کوئی اور کوئی عملیات کا اثر بناتا ہے۔

جواب:- آپ اللہ پر بھروسے کے ساتھ محنت اور منصوبہ بندی سے اپنا کام جاری رکھیں اور سوسے میں گرفتار نہ ہوں۔ روزانہ نماز فجر کے بعد سورۃ اخلاص کی تلاوت کر کے اس کے معانی پڑھیں اور اللہ تعالیٰ سے دعا کریں۔ نماز عشاء کے بعد تین بار آیت الکرسی پڑھ کر دعا کیا کریں۔ اپنی حیثیت کے مطابق ضرورت مندوں کی کچھ نہ کچھ مالی مدد کیا کریں۔ صبح اپنا کام شروع کرنے سے پہلے بسم اللہ شریف

طریقہ ہائے تصور میں سے جو مناسب ہو، دس پندرہ منٹ تک کریں۔ انشاء اللہ نیند کی کیفیات کا غلبہ نہ ہوگا۔ یہ بات بھی یاد رکھیں کہ بعض لوگوں کے مزاج میں نیند کا وقفہ کم ہوتا ہے اور کم سونے کے باوجود وہ تمام کام بخوبی انجام دیتے ہیں اور انہیں جسمانی یا ذہنی تھکن نہیں ہوتی۔

بہانے سے بچو

(رمضان شاہ حافظ آباد)

میری عمر اس وقت پندرہ سال ہے، لیکن اس عمر میں بھی نہاتے ہوئے عجیب سا خوف و بے چینی محسوس ہوتی ہے۔ دل نہیں چاہتا کہ نہاؤں۔ چنانچہ گرمیوں میں بھی کئی دن تک نہیں نہاتا، مگر والے زبردستی کر کے نہلاتے ہیں۔ مجھے معلوم ہے کہ نہانا پاکیزگی اور صحت دونوں کے لیے ضروری ہے لیکن طبیعت پر ایک ایسا بوجھل پن اور گریز طاری ہو جاتا ہے کہ نہانے سے گریز کرتا ہوں۔

جواب:- رات سونے کے لیے لیٹیں تو آنکھیں بند کر کے ذہن کو یکسو کر لیں۔ پھر خود کو مخاطب کرتے ہوئے دل ہی دل میں یہ الفاظ دہرائیں کہ نہانا ایک اچھا عمل ہے، تم اس کا خوف دل سے نکال دو۔ یہ الفاظ دل ہی دل میں دس منٹ تک پوری گہرائی اور توجہ سے دہراتے ہوئے سو جائیں۔ چند ہفتوں میں خوف کی گرفت کمزور پڑ جائے گی۔

بہی کا مار

(نذیر احمد جونیاں)

نوجوانی میں غلط صحبت کا شکار ہو گیا اور چار پانچ سالوں میں خود کو تباہ کر لیا ہے۔ تعلیم کے حصول میں بھی عدم دلچسپی کی وجہ سے پیچھے رہ گیا ہوں۔ جسمانی کمزوری کا یہ عالم ہے کہ ذرا سا دوڑنے سے سانس پھولنے لگتا ہے۔ رات بھر کٹیف خوابوں کا سامنا رہتا ہے۔ یوں لگتا ہے کہ میرا مستقبل تباہ ہو گیا ہے۔ معاشی طور پر حالات ایسے ہیں مہنگی دوائیں بھی

دوست و انگریزین حضرت پیتھ و ملان کے قیادت میں اور دیگر بڑے قزاقوں کے ساتھ حضرت امام حسین علیہ السلام کی قبر پر

☆ کتنا فرق

تیم ستمبر ۱۹۸۳ء کو کوریا ایر لائنز کا ایک مسافر جہاز (Flight 007) نیویارک سے کوریا کیلئے روانہ ہوا۔ وہ لچا لچکا (Kamchatka) کے اوپر اڑ رہا تھا کہ روسی فوج نے اس کو مار گرایا۔ اس جہاز پر حملہ سمیت ۲۶۹ مسافر تھے جو سب سے سب ہلاک ہوئے۔ اس کے بعد روسی حکومت نے بیان دیا کہ اس جہاز کو مسافر جہاز سمجھ کر نہیں مارا گیا۔ روسی فوج نے اس کو امریکہ کا (RC.135 spy plane) (جاسوسی جہاز) سمجھا اور مدافعت میں اس پر وار کیا۔ تاہم امریکہ نے اس عذر کو قبول نہیں کیا۔ اس نے کہا کہ مذکورہ جاسوسی جہاز اور مسافر جہاز (Boeing 747) میں اتنا زیادہ فرق تھا کہ راڈار اسکرین کا مشاہدہ اس کو سمجھنے میں دھوکا نہیں کھا سکتا۔

۳ جولائی ۱۹۸۸ء کو اسی قسم کا ایک اور واقعہ برکس صورت میں پیش آیا۔ ایران ایرلائن کا ایک مسافر بردار جہاز (Airbus A.300) تہران سے دہلی جا رہا تھا۔ وہ خلیج فارس کے اوپر اڑ رہا تھا کہ امریکی بحریہ کے جنگی جہاز ڈیسون نے اس کو مار کر گرا دیا۔ حملہ سمیت اس کے ۲۹۰ مسافر ہلاک ہو گئے۔ امریکہ کی طرف سے دوبارہ اس کی توجیہ یہ کی گئی کہ امریکی بحریہ نے غلط فہمی میں ایسا کیا۔ اس نے اس جہاز کو مسافر بردار نہیں سمجھا بلکہ اس کو جنگی جہاز سمجھا اور بچاؤ کے طور پر اس کو اپنے میزائل کا نشانہ بنایا۔

امریکہ کے مخالفین کیلئے یہ توجیہ قابل قبول نہ ہو سکی۔ انہوں نے کہا کہ ایریس کے مقابلہ میں مذکورہ جیٹ فائٹر بہت چھوٹا ہوتا ہے، جب کہ جیٹ فائٹر کی رفتار ایریس کے مقابلہ میں تقریباً ۲۵۰ کلومیٹر زیادہ ہوتی ہے۔ امریکہ کے بحری جہاز کے راڈار اسکرین پر یہ فرق واضح طور پر دکھائی دے رہا ہوگا۔ اس لئے دونوں میں اشتباہ پیدا ہونے کا کوئی سوال نہیں۔ (ٹائمز آف انڈیا، ۵ جولائی ۱۹۸۸ء)

آدمی دوسرے کی غلطی کو جاننے کیلئے انتہائی ہوشیار ہے، مگر اپنی غلطی کو جاننے کیلئے وہ انتہائی بے وقوف بن جاتا ہے۔ یہی دہرا معیار خرابیوں کی جڑ ہے۔ اگر لوگ ایک معیار والے ہو جائیں تو تمام خرابیاں اپنے آپ ختم ہو جائیں۔

اللہ تعالیٰ کی زیارت کیسے ہوتی ہے، راز سے پردہ اٹھتا ہے

جب بھی وہ صبح کو یا شام کو (مسجد میں نماز پڑھتا ہے)۔

جہاد فی سبیل اللہ کا لوٹ

(حدیث ابوامامہؓ) جناب رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا صبح و شام مسجد کی طرف (نماز کیلئے پابندی سے) جا، جہاد فی سبیل اللہ میں سے ہے۔ (طبرانی)

صبح کے بارگاہ

(حدیث ابوامامہؓ) حضرت محمد ﷺ نے ارشاد فرمایا: (مَنْ خَرَجَ مِنْ بَيْتِهِ إِلَى صَلَاةٍ مَكْتُوبَةٍ فَأَجْرُهُ كَأَجْرِ الْحَاجِّ الْمُحْرِمِ وَمَنْ خَرَجَ إِلَى تَسْبِيحِ الضُّحَى لِيُنْصِبُهُ إِلَّا إِيَّاهُ فَأَجْرُهُ كَأَجْرِ الْمُعْتَمِرِ) (ابوداؤد و مسند حسن)

(ترجمہ) جو شخص اپنے گھر سے فرض نماز پڑھنے کیلئے نکلتا ہے تو اس کا اجر احرام باندھ کر جانے والے حاجی جیسا ہے اور جو نماز چاشت پڑھنے کیلئے نکلے اس کو کسی اور کام نے نہ نکالا ہو اسی نماز کے لیے ہی گھر سے نکلا ہو تو اس کا اجر عمرہ کرنے والے کی طرح ہے۔ اور نماز کے بعد دوسری نماز پڑھنا جن کے درمیان کوئی فضول (کام یا فضول بات) نہ ہو تو اس کو سات آسمانوں سے اوپر علیین میں لکھ دیا جاتا ہے۔

اللہ کی زیارت کرنے والا

(حدیث سلیمانؓ) جناب نبی کریم ﷺ نے ارشاد فرمایا: ﴿مَنْ تَوَضَّأَ فِي بَيْتِهِ فَأَحْسَنَ الْوُضُوءَ ثُمَّ أَتَى الْمَسْجِدَ فَهُوَ زَائِرُ اللَّهِ وَحَقٌّ عَلَى الْمَزُورِ أَنْ يُكَرَّمَ الزَّائِرُ﴾

(ترجمہ) جو شخص اپنے گھر میں وضو کرتا ہے پھر وضو بھی اچھے ہی طریقے سے کرتا ہے پھر مسجد میں آتا ہے تو وہ اللہ تعالیٰ کی زیارت کرنے والا ہے اور جس کی زیارت کی جاتی ہے اس پر لازم ہے کہ وہ اپنے زیارت کرنے والے کی عزت و اکرام کرے۔

ہر قدم کے بدلے میں نیک یا گناہ معاف ہوتا ہے

(حدیث ابن عمرؓ) جناب نبی کریم ﷺ ارشاد فرماتے ہیں ”جو شخص جماعت والی مسجد کی طرف چلتا ہے تو اس کا ایک قدم گناہ کو مٹاتا ہے اور دوسرا اس کیلئے نیک کو لکھتا ہے آتے ہوئے بھی اور جاتے ہوئے بھی۔“

سب سے نیک کریم میں آئے کا لوٹ

(حدیث) حضرت جابرؓ فرماتے ہیں زمین کے کچھ حصے مسجد نبویؐ کے پاس فارغ پڑے ہوئے تھے بنو سلہ (قبیلہ) نے ارادہ کیا کہ وہ مسجد نبویؐ کے قریب گھر بنالیں جب یہ بات جناب نبی کریم ﷺ تک پہنچی تو آپ نے ان سے فرمایا مجھے یہ بات پہنچی ہے کہ تم ارادہ کر رہے ہو کہ مسجد کے قریب منتقل ہو جاؤ؟ انہوں نے عرض کیا جی ہاں یا رسول اللہ ﷺ۔ تو آپ ﷺ نے ارشاد فرمایا اے بنو سلہ! اپنے انہیں گھروں میں رہو تمہارے قدموں کو (جن سے چل کر تم مسجد میں نماز کیلئے دور سے آتے ہو) لکھا جاتا ہے تو بنو سلہ کہتے ہیں کہ پھر ہمیں یہ بات اچھی نہیں لگی کہ ہم منتقل ہو جائیں۔ (مسلم)

حضرت ابن عباسؓ فرماتے ہیں کہ انصار (صحابہؓ) کے گھر مسجد نبویؐ سے دور تھے انہوں نے یہ ارادہ کیا کہ (مسجد کے) قریب گھر بنالیں تو یہ آیت نازل ہوئی وَنَكْتُبُ مَا قَدَّمُوا وَآثَرَهُمْ (اور ہم لکھتے ہیں ان اعمال کو جو وہ آگے بھیجتے ہیں اور ان کے آثار قدم کو) اس کے بعد یہ حضرات انصار ہو گئے۔

جنت میں صبح و شام کی مہمانی

(حدیث ابو ہریرہؓ) جناب نبی کریم ﷺ نے ارشاد فرمایا ﴿مَنْ عَدَا إِلَى الْمَسْجِدِ أَوْ رَاحَ أَعَدَّ اللَّهُ لَهُ فِي الْجَنَّةِ نَزْلًا كُلَّمَا عَدَا أَوْ رَاحَ (مسلم) ترجمہ: جو شخص صبح کو مسجد کی طرف (نماز کیلئے) جاتا ہے یا شام کو اللہ تعالیٰ اس کیلئے جنت میں مہمانی تیار کرتے ہیں

ایک آم ساٹھ انوکھے فائدے

(حکیم ڈاکٹر محمد رشید)

عربی انج فاری انج

سندھی انج انگریزی Mango

مشہور عام پھل ہے۔ اس کا رنگ سبز، سرخ زرد اور زرد ہوتا ہے۔ کچا آم ذائقے میں ترش ہوتا ہے جبکہ پختہ شیریں ہوتا ہے۔ اس کا حجاز کچے کی صورت میں سرد خشک پہلے درجے میں اور پختہ گرم و تر دوسرے درجے میں ہوتا ہے۔ اس کے پھول اور گھٹلی سرد خشک ہوتے ہیں۔ اس کی مقدار خوراک بقدر ہضم ہے مگر زیادہ بطن کے مریض ایک چھٹانک سے زیادہ نہ کھائیں۔ اس کے حسب ذیل فوائد ہیں۔

آم کے فوائد:

- ۱۔ پختہ آم مولد خون ہے۔ (۲) یہ آنتوں کو قوت دیتا ہے۔
- (۳) آم مقوی باہ ہوتا ہے (۴) یہ معدہ، گردہ، مثانہ کو طاقت دیتا ہے (۵) قدرے دیر سے ہضم ہوتا ہے۔ تین ماشے آم کا گودا پانی کے ساتھ دینے سے تپش بند ہو جاتے ہیں (۶) جنبل اور ہضم روگ کو دور کرنے کیلئے آم کارس ایک پاؤ، گائے یا بھینس کا دودھ گرم ایک پاؤ، گھی ایک پاؤ اور چینی دس تولہ، روزانہ استعمال کرنے سے دس دن میں صحت ہو جاتی ہے۔
- (۷) آم کا مربہ پیچھڑوں، دل اور مثانے کو طاقت دیتا ہے (۸) اس کے پھولوں کو خشک کر کے آدھ چھپے چائے والا سفوف روزانہ ہمراہ دودھ یا کچی لسی کھلانے سے جربان دور ہو جاتا ہے (۹) بعض اطباء کے نزدیک اگر آم کے پھولوں کو جب وہ نئے نئے نکلے ہوں تو ہاتھ میں رگڑ کر پھینک دیں اور پچھو کی کاٹی ہوئی جگہ پر صرف ہاتھ پھیرنے (تین دفعہ) سے زہر کا اثر جاتا رہتا ہے۔ ہاتھ میں آم کے بالکل تازہ پھولوں کا اثر ایک سال تک رہتا ہے (۱۰) آم کے تازہ پھولوں کو سکھا کر سفوف بنا کر تین ماشہ سفوف ہمراہ پانی اور چینی پھاٹکنے سے پرست میں مفید ہوتا ہے (۱۱) آم کے ہرے پتے اور دھنیا سبز رگڑ کر پیئے سے بھگی بند ہو جاتی ہے۔ (۱۲) آم سے ام رس (آم پاؤ) اچھور اور اچار بنائے جاتے ہیں (۱۳) آم کو چوس کر کھانا بہتر ہوتا ہے۔ آموں کو برف یا ٹھنڈے پانی میں ٹھوڑی دیر رکھ کر کھانا چاہیے اور کھانے سے پہلے انجلی طرح سے دھو لینا چاہیے تاکہ آم کی گوند اچھی طرح سے صاف ہو جائے۔ ورنہ وہ گلے میں خراش کا سبب بنتی ہے۔
- (۱۴) آم کھانے کے بعد دودھ کی لسی ضروری پینی چاہیے (۱۵) آم اعضائے ریہہ کو قوت دیتا ہے (۱۶) اس کے کھانے سے جسم موٹا ہوتا ہے (۱۷) بے خوابی کی شکایت دور کرنے کیلئے ایک آم کا کھانا اور بعد ازاں ٹھنڈا دودھ پینا بے حد مفید ہوتا ہے (۱۸) آم پیشاب آور ہے (۱۹) اگر آم

کر اس پانی سے کلیاں کرنے سے سوزھوں کا ورم اور درد دور ہو جاتا ہے (۲۰) آم کھانے کے بعد دودھ ضرور پینا چاہیے اور اگر دودھ لطف پیدا کرتا ہو تو پھر اس میں تھوڑا سا ادراک ملا لینا چاہیے۔ (۲۱) آم کی چٹنی بھی بے حد مفید ہے جو کہ ہاضم اور معدہ و جگر کو طاقت دیتی ہے۔ (۲۲) آم کا گودا چہرے پر ل کر سونکھنے پر ٹھنڈے پانی سے دھونے سے چہرہ صاف اور ملائم ہو جاتا ہے (۲۳) بیانی کو قوت دیتا ہے بشرطیکہ آم کھانے کے بعد کچی لسی پی جائے۔ ورنہ نقصان دہ ہے (۲۴) دودھ پلانے والی خاتون کو تین آم کھلانے سے ان کے دودھ میں اضافہ ہوتا ہے۔ (۲۵) تازہ آموں کا رس بیس تولہ، شہد پانچ تولہ ملا کر صبح و شام استعمال کریں اور دن رات میں کم از کم تین بار گائے یا بکری کا دودھ اکس دن تک استعمال کرنے سے تپ دق کا علاج مریض بھی صحت یاب ہو جاتا ہے (۲۶) ضعف دماغ کی وجہ سے دوسر، گرانی اور آنکھوں کے سامنے اندھیرا آنے کی شکایت کو دور کرتا ہے (۲۷) آم کا تازہ رس پانچ تولہ، ٹیٹھا دسی ایک پاؤ اور ادراک کارس چائے والا ایک چھپ، تمام کو ملا کر پیئے سے زرد چہرہ، کمزور اور مشکل سے سانس لگانا کی بیماریوں کیلئے بے حد مفید ہے (۲۸) جسم کی خشکی، بے رقتی، زردی اور کمزوری کو دور کرنے کیلئے روزانہ ایک آم کھانا اور بعد ازاں ایک گلاس کچی لسی استعمال کرنا بے حد مفید ہے (۲۹) تقویت باہ اور امراض مردانہ کیلئے آم کارس دو تولہ، عرق گلاب دو تولہ، گلوکوز ایک تولہ، ٹیلیئم وائرڈھا ٹی تولہ صبح و شام ایسی دو خوراک لینا بے حد مفید ہے (۵۰) مثانے کی پتھری دور کرنے کیلئے صبح نہار منہ کچے آم دو تین تولے روزانہ کھلانے سے فائدہ ہوتا ہے (۵۱) آم کے پتوں کی چائے پینے سے نزلہ، زکام، کمزوری دماغ اور بھگی دور ہو جاتی ہے (۵۲) انجلی بند کرنے کیلئے ایک تولہ آم کے پتے تھپتھپے میں رکھ کر پلاسٹین مفید ہے (۵۳) آم کی چٹنی بنانے کیلئے آم کا گودا ایک کلو، نمک آدھ چھٹانک، چینی ایک پاؤ اور پانی تین سو گرام۔ پہلے آم کے گودے اور پانی کو پکا میں پھر نمک اور چینی ملا کر جوش دیں۔ ٹھنڈا کر کے کھلے منہ والے شیشے کے مرتبان میں محفوظ کر لیں (۵۴) لوگنے کی صورت میں کچے آم کو آگ میں بھون کر گڑ کے شربت میں اس کا رس ملا کر پلانے سے فوری آرام ہو جاتا ہے (۵۵) آم کا بور (پھول) خشک دس تولے کا بار یک سفوف بنائیں اور صبح و شام ایک چھپ چائے والا سفوف ہمراہ پانی استعمال کرنے سے جربان کا موزی مرض دور ہو جاتا ہے۔ (۵۶) آم کی گھٹلی کو پانی میں رگڑ کر نیم گرم پچھو کے کانے پر لیپ کرنے سے فوراً آرام ہوتا ہے (۵۷) آم کی گھٹلیاں دو عدد اور تین دانہ سیاہ مرچ کو رگڑ کر سانپ کانے والے کو پلانے سے مار گزیدہ کو سردی محسوس ہوگی اور زہر دور ہو جائے گا (۵۸) آم کے سبز پتے ایک تولہ حقے کی چلم میں رکھ کر کش لگانے سے بواسیر دور ہو جاتی ہے۔ (بقیہ صفحہ نمبر ۱۷ پر)

جفری

پیٹ بھر کر کھانا کھانے کا نقصان اور جدید سائنسی تحقیقات

آپ ﷺ نے یہ ہدایت فرمائی کہ کھانا اس وقت کھاؤ جب بھوک زیادہ لگے اور خوب لگ جائے اور کھانا اس وقت چھوڑ دو جب تھوڑی سی بھوک باقی رہ جائے، کھانے کے اوپر کھانا نہ کھاؤ، یہ ہمارے لیے بھی ہدایت اور بچوں کے لیے بھی ہدایت ہے، تمام ڈاکٹروں سے پوچھ لیجئے کہ اس کے کیا نتائج ہوتے ہیں؟ بہت سی بیماریوں سے آدمی محفوظ ہو جاتا ہے۔ حضرت سعدیؒ نے گلستان میں ایک واقعہ لکھا ہے کہ ایک بادشاہ کو معلوم ہوا جو اسلام میں داخل ہو چکا تھا کہ مدینہ منورہ میں حضور اکرم ﷺ کے دور مبارک میں کوئی طبیب اور حکیم نہیں ہے اس نے خیر خواہی و ہمدردی کے طور پر اپنے یہاں سے ایک طبیب بھیج دیا سال بھر تک وہ بیٹھا ہوا کھیاں مارتا رہا ایک بھی مریض نہیں آیا، بڑا تعجب ہوا اسے کہ مدینہ منورہ کی اتنی بڑی آبادی اور ان میں سے کوئی بھی بیمار نہیں ہوا۔ جو میرے پاس آئے تو اس نے دریافت کیا کہ تم لوگ کیا عمل کرتے ہو جو بیمار نہیں ہوتے؟ مدینے کے صحابہ کرامؓ نے جواب دیا کہ عمل یہ ہے کہ جب خوب بھوک لگتی ہے تو کھانا شروع کرتے ہیں اور جب بھوک کچھ باقی رہ جاتی ہے تو چھوڑ دیتے ہیں، یہ سن کر اس نے اپنا بستر یوریا باندھا اور کہنے لگا کہ تمہارے پاس تو بیماری آ ہی نہیں سکتی اور وہاں سے چلا گیا۔ ہمارے اپنے لیے بھی یہ اصول ہے جس کے طریقے آپ جانتے ہیں اور گھر والے بھی جانتے ہیں، بچے عام طور پر ایسے ہوتے ہیں کہ وہ پیٹ بھرے کو دیکھیں نہ وہ خالی پیٹ کو دیکھیں، کھانے کی جو چیز مل گئی بس اس پر ٹوٹ پڑے، ایسے موقع پر والدین کی ذمہ داری ہے کہ ان کو روکیں اور خصوصیت کے ساتھ معصرت جو چیزیں ہیں ان کے قریب نہ جانے دیں۔ ترجمہ: "انسان اپنے پیٹ کے جہنم کو چند لقموں سے بھر دے جس سے اس کی زندگی قائم رہ سکے اور جب وہ اس طرح کرنے کو ضروری سمجھے تو پیٹ کے ایک تہائی حصے کو کھانے کے لیے ایک تہائی پانی کے لیے اور ایک تہائی کو سانس لینے کے لیے چھوڑ دے۔" (بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)

ڈاکٹر سیل کی تحقیقات

گھر کی صحت و صفائی کی ذمہ داری زیادہ تر بیوی اور گھریلو کام کاج کرنے والوں پر ہوتی ہے۔ اس سلسلہ میں ڈاکٹر سیل اپنی کتاب پر نیوٹرو، ورسوشل میڈیسن ص ۱۲۵ میں چند ہدایات لکھتے ہیں۔ ایسی عورتیں جو اپنا گھریلو کام خود انجام دیتی ہیں۔ انہیں حسب ذیل امور کا لحاظ رکھنا چاہئے تاکہ ان کی اور خاندان کی صحت قائم رہ سکے۔ سختی عورتوں کے معدہ اور آنتوں کے امراض میں معتدلہ کی ہو جاتی ہے۔ انہیں شوگر، دل اور بلڈ پریشر کی بیماریوں سے نجات ملتی ہے۔ اس لیے کہ یہ بیماریاں عام طور پر کابل رہنے والوں کو لاحق ہوتی ہیں۔

عورت اسلام اور جدید سائنس

عورت کتنی پاکیزہ، حسین اور خوبصورت ہے لیکن اگر وہ ماں ہے پھر اگر محترم رشتہ چاہے ہو تو بی بی بنے۔ پھر بیوی کا قتل اور رحمت اللہ تعالیٰ کو پسند ہے۔ عورت ہے کیا؟ کبھی آپ نے پڑھا؟ کیا خود عورت نے عورت کو پڑھا؟ تو پھر یہ کتاب ضرور پڑھیں۔ کتاب میں ہے کہ عورت سے دیکھیں۔ جنت کی خوشخبری پانے والی کوئی خاتون ہو سکتی ہیں۔ ان میں خواتین کا شکار تذکرہ اور کمالات جسے آپ پڑھ کر سکتے ہیں آجائیں اور سوچنے پر مجبور ہو جائیں کہ ان کے کمالات تو ضرور پڑھنے چاہئیں۔ عظیم لوگوں کی عظیم باتیں ان ماؤں کے تجربات ضرور حاصل کریں جن کے تجربات سے فقیر اور بے نام بچے عظیم اور نامور بن گئے کیا باتیں اپنی اولاد کو عظیم بنانا چاہتی ہیں تو پھر یہ کتاب ضرور پڑھیں ☆ رفاہی اور صدقہ جاریہ صرف مردئیں عورتیں بھی کر سکتی ہیں پچھلے دور کی ان بابرکت خواتین کا انوکھا تذکرہ جو اس کام کے سبب بخش گئیں اور نامور ہوئیں۔ ☆ ایک معصوم لڑکی کی دیانت کا ایک لا جواب واقعہ جسے پڑھ کر آپ کا دل بول اٹھے اور اندر سے آواز آئے کہ اسے عورت کہتے ہیں۔ دین فطرت کی طرف لوٹنے والی عورتوں کے واقعات اور سچے تذکرے اگر کسی چیز نے مجبور کیا ایسی کوئی روشنی پائی کہ وہ مہمان ہو گئیں یقیناً آپ چونک اٹھیں گی ☆ پھر کیا جب مغرب کی عورت نکلی ہو مٹی تو اسکا انجام کیا ہو انیہ روٹنے لگے کر دینے والے حقیقی مشاہدات اور حیران کن اعداد و شمار پڑھنا نہ بھولیں ☆ جی ہاں بارہ سالہ بچہ 500 کاریں چوری کرتا پکڑا گیا۔ دس سالہ بچے کا سائنسی طالبہ پر جنسی حملہ ایسے بے شمار عبرت انگیز اور شرم ناک حالات پڑھیں اس کتاب میں ☆ ایک ام باب ہرگز پڑھنا نہ بھولیں کہ عورت طوائف کیسے بنتی ہے ☆ طوائفوں کی قابل رحم زندگی اور ان کے دن رات کی چشم دید کہانیاں گھر بیٹھے پڑھیں۔ ☆ عورت عامل اور تو بیوی نہ تو مٹی آپ جتنی شخص کوئی زندگی دے سکتا ہے ☆ خاص موضوع اس کتاب کے عورت حسن و جمال کی حفاظت کیسے کرے۔ ام راز کھلی باتیں اور پر لطف تجربات اور تحقیقات ☆ عورت کی جنسی اور پوشیدہ زندگی کے سر بستہ راز جو صرف کتاب میں پڑھیں یہاں وضاحت مشکل ہے۔

اس کے علاوہ اور بہت کچھ

سادہ سی مشق خواتین کی تندرستی اور

ایک سادہ سی مشق خواتین کے لیے ہے کہ وہ دن بھر میں کم از کم دو دفعہ میٹھی لانا تراچھا کریں۔ یہ عمل ان کی صحت کو بہتر کر دے گا۔ اس کی پابندی سے انہیں اچھے نتائج دیکھنے کو ملیں گے۔ گھریلو کام کاج کی عادت کم ہوتے رہنے کی وجہ سے بیماریاں ہمارے گھروں میں داخل ہو گئی ہیں۔ معالجوں نے ہمارے گھر دیکھ لیے ہیں۔ یاد رکھیے کہ زائد چربی اور شکر ہماری صحت کے بڑے دشمن ہیں۔ ان کی تحلیل روزمرہ کی نجی مصروفیات ہیں۔ ہم فطرت سے جتنا دور ہوں گے اتنی ہی پریشانیاں اپنے دامن میں پکھیں گے۔ اعداد و شمار کے مطابق اس وقت پاکستان میں ۲۵ سال کی عمر سے زیادہ عمر کے ۷۰ ہزار افراد یا بٹس کے مرض میں مبتلا ہیں اور ۲۰۲۵ تک یہ تعداد بڑھ کر سو لاکھ سے بھی زیادہ ہو جائے گی۔ چنانچہ گھریلو مشقتوں میں مصروف ہونے کے باعث خواتین اس مرض سے خود کو دور رکھ سکتی ہیں تو یہ سودا مہنگا نہیں ہے۔

خواتین کی گھریلو زندگی کی مشقت کے جسم پر اثرات اور سائنسی تحقیقات

فرصت، جی ہاں یہ معر خواتین کی سب سے بڑی دشمن ہے۔ یہ صحیح ہے کہ عمر میں اضافے کے ساتھ ساتھ ان کی سرگرمیاں محدود ہو جاتی ہیں، کیوں کہ ایک تو ان کے قوی مضمحل ہوتے جاتے ہیں، دوسرے کام کرنے والے افراد میں، بہوؤں، بیٹیوں کی صورت میں اضافہ ہو جاتا ہے۔ علاوہ ازیں طویل مدت پر محیط یکساں مصروفیات ان کو تھکا دیتی ہیں۔ اب وہ آرام کرنا چاہتی ہیں۔ ضرورت سے زیادہ آرام ان کی صحت کے لیے مفید نہیں ہوتا۔ ایسی خواتین کو چاہئے کہ یکساں گھریلو مصروفیات اگر وہ ترک کر دیں تو کسی نئے مشغلے میں دلچسپی لینا شروع کر دیں۔ اس طرح ان کی توانائی بحال رہے گی اور وہ معاشرے کا مضبوط معمل بھی بنیں گی۔ یہ سرگرمیاں کئی قسم کی ہو سکتی ہیں۔ مثلاً باغ بانی، نظریہ اجازت دے تو سلائی کڑھائی، بے کار اشیا کی مدد سے کارآمد چیزیں بنانا، غریب و نادار بچوں کو پڑھانا، معیاری ادب کا مطالعہ، گھر کے چھوٹے موٹے امور میں ہاتھ بٹانا وغیرہ وغیرہ۔ بے کاری، نفسیاتی امراض کا بھی سبب بنتی ہے۔ اکثر مشاہدے میں آیا ہے کہ نفسیاتی امراض جسمانی عوارض کا سبب بنتی ہیں۔ ایسی خواتین کا ایک مسئلہ وہم بھی ہوتا ہے۔ یہ بیماریوں کو اپنے اوپر مسلط کر لیتی ہیں۔ جب کسی قسم کی بیماری کا تذکرہ سنتی ہیں تو خود کو اس میں مبتلا سمجھتی ہیں۔

صاحبزادہ ڈاکٹر افتخار احمد بدھائی۔۔۔ پشاور

رات کھانے کے بعد ماہنامہ عبقری پڑھنے کی سعادت نصیب ہوئی ہے۔ دل کو بہت سکون ملا اور اس وقت فیصلہ کیا کہ کل آپ کو خط لکھ کر رسالہ جاری کراؤں گا۔ یہ دنیا آباد ہے تو آپ جیسے لوگوں کی وجہ سے آباد ہے۔ میں نے کئی رسالے اور ماہنامے پڑھے ہیں۔ لیکن آپ کے رسالہ کی بات ہی کچھ اور ہے جو کہ تمام کا تمام ہی شریعت کے مطابق ہے۔ اسلامی زندگی گزارنے کے اصول اس میں موجود ہیں۔ براہ کرم ماہنامہ عبقری سالانہ مجھے جاری کیا جائے۔

ڈاکٹر لیاقت علی۔۔۔ سروہا قلعہ پور ضلع لودھراں محترم بے شک ماہنامہ عبقری ہر گھر کی ضرورت ہے۔ آج کے دور میں بہترین رہنمائی حاصل ہو رہی ہے۔ محترم! ممبر شپ اس خط میں پر کر کے بھیج رہا ہوں۔ برائے مہربانی ایک سال کے لیے ماہنامہ عبقری جاری کر دیں۔

عامر قریشی۔۔۔ نوشہرہ فیروز سندھ

آپ کا رسالہ ماہنامہ عبقری پڑھا جو مجھے بہت پسند آیا۔ پہلا اور دوسرا شمارہ پڑھا ہے اور آئندہ بھی پڑھتا رہوں گا۔

حافظ محمد عظیم چشتی۔۔۔ چو اسید شاہ چکوال

جناب کا رسالہ عبقری ملا پڑھ کر روحانی سکون ملا۔ اللہ تعالیٰ عبقری کو دن دینی رات چو گنی ترقی عطا فرمائے۔ کچھ مالی حالت سے کمزور ہوں۔ عمر رسیدہ اور بیکار ہوں۔ اعزازی طور پر رسالہ جاری فرمادیں۔

(شیخ محمد اسلم ساجد سندھ۔ چو نیاں)

میں نے آپ کا رسالہ عبقری پڑھا دل کو پڑھ کر تسلی ہوئی کہ اس گئے گزروے دور میں بھی آپ ایک معیاری اور مقبول رسالہ چھاپ کر عوام الناس کا دل موہ رہے ہیں۔ کسی کے ہاں دیکھا تھا۔ ہمیں قوی امید ہے کہ آپ ہماری لائبریری کی زینت کے لیے اعزازی کا پی ارسال فرمائیں گے اور اسی طرح عوام کی فلاح کا فریضہ انجام دیتے رہیں گے۔

سمیع اللہ۔۔۔ پشاور

”ماہنامہ عبقری“ ماہ تمبر ضرب مومن کے ساتھ ملا۔ ماہنامہ عبقری کے متعلق ہم تو یہی کہیں گے کہ اس میں جو کچھ ہے اس کے سبب ”ماہنامہ عبقری“ کو ”کنز“ کہنا غلط نہ ہوگا۔

اس لئے کہ انسانی معاشرہ جو کچھ مصائب سے بھرا ہوا ہے اس میں ہر مصائب و بیماری کا حل موجود ہے۔

محمد اعجاز گکھر۔۔۔۔۔ گوجرانوالہ

رسالہ عبقری سے پڑھ کر ”بواسیر لا علاج کا لا جواب علاج“ کے عنوان سے جس میں آپ نے دعویٰ کیا ہے کہ بواسیر بادی یا خونی جڑ سے ختم ہو جائیگی میں نے بذریعہ VP ڈاک منگوائی۔ عالجیہ! میں نے 12 ستمبر سے دوائی کا استعمال شروع کیا۔ اس وقت حاجت کے ساتھ خون آتا تھا۔ الحمد للہ آپ کی دوائی کے استعمال سے خون آنا بالکل بند ہو گیا ہے۔ حاجت بھی ٹھیک ہوئی ہے۔ قرض کی شکایت معمولی سی ہے۔ ظفر اللہ نعمانی چیرمین وزیر آباد۔۔۔ پریس کلب وزیر آباد پہلی بار ماہنامہ عبقری پڑھنے کا اتفاق ہوا جو کہ بہت پسند آیا سب سے اہم بات یہ ہے۔ کہ اس میں فرقہ واریت اور تعصب سے پاک مضامین ہیں۔ کہ آپ اسلامی روایات کے مطابق اس رسالہ کو چلا رہے ہیں۔

محمد یاسین خاں عزیز۔۔۔۔۔ بھکر

ماہنامہ عبقری شمارہ اکتوبر موصول ہوا۔ پہلی ہی فرصت میں مطالعہ کر ڈالا عبقری واقعی عبقری ہے۔ جس کے جلو میں علم و حکمت کے خوان چھپے ہیں گویا مرغبان مرغ تخبخ ہے جس سے ہر شخص اپنے اپنے مزاج کے مطابق مستفید و مستفیض ہو سکتا ہے۔ اللہ کرے زور قلم اور زبانیادہ ہو۔

خواجه عبدالرحمن

ایک دوست کی توسط سے ماہنامہ عبقری پڑھنے کو ملا۔ اس نفسہ نفسی کے دور میں شیعہ ہدایت کا سلسلہ ماہنامہ عبقری کے ذریعہ شروع کیا ہے۔ جس کے تمام اسباق اور نصیحت آموز واقعات بہت مفید اور روحانی تسکین سے لبریز ہیں۔ جن کو کوئی بھی پڑھ کر دینی سکون حاصل کر سکتا ہے اس بے رحم اور جادو پرستی کے دور میں آپ کی یہ کاوش جو نہایت خلوص سے کی گئی ہے یقیناً کروڑوں نہیں تو لاکھوں دینی اور پریشان حالوں کے لیے ضرورت نجات کا باعث بنتی ہے۔

ابوسعود مفتی بہتیم جامعہ فاطمہ الزہراء۔۔۔ گوجرانوالہ

کہیں سے آپ کا ماہنامہ عبقری دستیاب ہوا۔ سبحان اللہ اچھوتا انداز، روحانی غذائیت سے بھر پور مضامین، دلنشین اصلاح کا عظیم جذبہ اور وہ بھی **لهم الناس على قدر عقولهم** کا صداق۔ بہت خوب، علم و حکمت کا حسین مرقعہ۔ حضرت کرم فرمائیں ہمارے مدرسہ کے نام اپنے خصوصی فنڈ سے جاری فرمائیں۔

ع۔ چو ہدیری۔۔۔ بہاول پور

ماہنامہ عبقری کی اشاعت پر دلی مبارک باد قبول کیجئے۔ عبقری وصول کرتے وقت از حد حیرت اور مطالعہ کے بعد بے حد مسرت اور یک گوند تسکین ہوئی میرے خیال میں موجودہ دور میں اس طرح کا رسالہ نکالنا اپنے دروازے پر بھوکا پیاسا ہاتھی باندھنے کے مترادف ہے۔ آج جب کہ ہر کوئی نام اور دام پانے کی خاطر نئے رسائل نکالنے کی تگ و دو میں ہے۔ آپ نے محض خدمت خلق کے جذبہ سے اس کام کا آغاز کیا ہے۔ میں آپ کے اور جملہ کارکنان کے حوصلہ اور ہمت کو سلام پیش کرتا ہوں۔ میرے نزدیک یہ رسالہ نہایت مفید ہے اور آج کی سستی دم توڑتی اور منہ پیورٹی دنیا کے ہر شخص کو اس کا پڑھنا بہت ضروری ہے۔ آج کل کے دین بیزار، گھر اور ملک بیزار نوجوان، مرد و زن کے لیے یہ ماہنامہ تریاق اعظم ہے۔ خدا کرے کوئی گھر اس رسالے سے خالی نہ رہے۔ (آمین)

عائشہ۔۔۔۔۔ گجرات

آپ نے رسالہ میں ذکر کیا ہے کہ مرکز روحانیت دامن میں آپ کا درس ہوتا ہے۔ اس میں خط لکھ کر دعاؤں میں شمولیت اختیار کر سکتے ہیں۔ آپ سے گزارش ہے کہ اس بندی کو دعاؤں میں شامل کر لیں کہ اللہ تعالیٰ مجھے صحت دے۔ شفاء کا ملہ عطا کرے۔ میری پریشانیاں دور کرے اور میری قسمت نیک کرے۔

محمد اسلم انصاری۔۔۔۔۔ دنیا پور لودھراں

بندہ کی نظر سے ماہ تمبر کا عبقری مجلہ نظر سے گزرا۔ بڑی توجہ سے مطالعہ کیا اور اس گئے گزروے دور میں جس میں لبروں اور جعلی عاملوں کا ملوں نے ہر جگہ دکانیں بنا رکھی ہیں اور جہالت نے عقیدہ کو اندھی عقیدت کے پردوں میں چھپا لیا ہے۔ مجھے تو روشنی کی ایک کرن نظر آتی ہے۔ اور ضرورت محسوس کی کہ اس قسم کا ماہنامہ ضرور گھر میں مطالعہ میں رہنا چاہئے۔

ہایف افسوس ناک پہلو

قارئین عبقری خالص روحانی اور جسمانی خدمت سے محروم ہیں۔ قارئین کی سہولت کے لئے کتب ادبیات اور رسالہ عبقری VP (دی) (بی) یعنی ایک فون یا خط پر ہم فوری طور پر یہ اشیاء بذریعہ ڈاک آپ کو مہیا کرتے ہیں۔ نہایت افسوس ناک پہلو یہ ہے کہ VP منگوانے کے بعد اکثر وصول نہیں کرتے اور ادب کی کر دیتے ہیں قارئین اس کا نقصان آپ کے پسندیدہ عبقری کو پہنچتا ہے حتیٰ کہ ہم سوچتے پر مجبور ہو گئے ہیں کہ آئندہ VP کی سہولت ختم کر دی جائے بلکہ عرض کیا جائے کہ پہلے رقم بھیجیں پھر ہم آپ کا آرڈر پوسٹ کریں گے۔ لہذا درخواست ہے اگر آپ VP منگوائیں تو اسے وصول ضرور کریں ورنہ آپ عبقری کو نقصان پہنچا رہے ہیں۔

قارئین کی خصوصی تحریریں

گھیکوار

بے پناہ فوائد رکھنے والا پودہ

(بشت حاجی محمد طارق۔۔۔ لاہور)

یہ کارخانہ قدرت کا کمال ہے کہ دنیا میں کوئی بھی چیز ایسی نہیں کہ جسے ہم فالتو یا فضول قرار دے سکیں ہر چیز میں انسان کے لیے فوائد پنہاں ہیں دنیا میں بڑی تعداد میں ایسے نباتات اور پودے پائے جاتے ہیں جن کے طبی خواص کے باعث انہیں طب کی دنیا میں ادویاتی پودوں یا Medicine Plant کا درجہ دیا جا چکا ہے۔ انہی پودوں میں سے ایک پودا ایسا بھی ہے جس کی افادیت کو نہ صرف آج کے طبی ماہرین نے تسلیم کیا ہے بلکہ حقیقت تو یہ ہے کہ ہزاروں سال قبل بھی اس کی طبی افادیت کو تسلیم کیا جاتا تھا۔ اس بات کا ثبوت آثار قدیمہ کی تحقیقات ہیں۔ جن کے مطابق قدیم مصر میں اسے ”حیات جاودانی کا پودا“ کہا جاتا تھا اور اس کے استعمال کے باقاعدہ شواہد بھی ملے ہیں۔ آئیے آپ کو اس حیرت انگیز پودے کا نام بتاتے ہیں۔ اس پودے کو اردو میں ”گھیکوار“ اور انگریزی میں ”ایلویرا“ کہا جاتا ہے۔ دنیا بھر میں اس کی 500 کے لگ بھگ اقسام پائی جاتی ہیں۔ گھیکوار کا اصل آبائی وطن افریقہ ہے۔ ہزاروں سال قبل یہ سوڈان اور وادی نیل کے بلائی حصے میں وافر مقدار میں پایا جاتا تھا اور یہیں سے یہ جزائر عرب، ہند، بحیرہ روم کے کما لک، ہندوستان اور چین اور دوسرے ملکوں تک پہنچا پاکستان میں بھی یہ وافر مقدار میں پایا جاتا ہے۔ دنیا کے ترقی یافتہ ممالک میں اسے معاشی اعتبار سے نہایت اہمیت حاصل ہے۔ گھیکوار کا پودا زمین سے نصف گز تک بلند ہوتا ہے۔ پتے دبیز، کناروں سے خنجر کے مثل اور دندانے دار گہرے سبز رنگ کے ہوتے ہیں۔ یہ زمین کی سطح سے نکلنے وقت چوڑے ہوتے ہیں۔ اور جوں جوں پتے بڑے ہوتے رہتے ہیں۔ بالائی سطح سے پتلے ہونے لگتے ہیں اور پتوں کے اندر لیس دار، بے بو، کڑوا اور چپکنے والا گودا بھرا ہوتا ہے۔ گھیکوار کا 96 فیصد حصہ پانی جبکہ باقی حصہ قدرتی اجزاء اور مرکبات یعنی امائنو ایسڈز، معدنیات، حیاتین وغیرہ پر مشتمل ہوتا ہے۔

خواص:- اطباء اور جدید طبی ماہرین کا اس بات پر اتفاق ہے کہ جراثیم کش اجزاء کی بدولت اگر جل جانے والی جگہ یا جلد کی خارش پر گھیکوار لگایا جائے تو جل جانے والی جگہ پر آبلہ نہیں پڑتا اور اسی طرح جلد کی خارش کو دور کرتا ہے۔ چہرے کے کیل مہاسوں پر روزانہ چند قطرے لگائیں تو اس کا گودا نکال کر لگایا جائے

تو کچھ ہی عرصے میں کیل، مہاسے ختم ہو جاتے ہیں۔ چہرہ خوبصورت اور جلد صاف و شفاف ہو جائے گی۔ گودا لگانے کا طریقہ یہ ہے کہ پودے سے تھوڑا سا گھیکوار کا پتہ توڑ لیں اور گودا چہرے پر لگا کر آدھا گھنٹہ بعد دھو لیں۔ خواتین زچگی کے بعد پیٹ پر پڑ جانے والے نشانوں پر اس گودے کا لپ کریں کچھ ہی عرصے میں نشانات ختم ہو جاتے ہیں۔ آج کل رنگت نکھارنے والی کریموں، صابن، شیمپو اور شیونگ کريم وغیرہ اس کا استعمال عام ہے۔ آپ گھر میں ایک پودا گھیکوار کا رکھیں اور فائدہ اٹھائیں۔ چہرے کی رنگت نکھارنے کے لیے ہفتے میں دو بار گھیکوار کے رس میں تھوڑا سا روغن زیتون اور روغن بادام ملا کر چہرے پر لپ کریں اور دو گھنٹے بعد چہرہ دھو لیں مستقل کچھ عرصے تک یہ عمل کریں جلد صاف و شفاف اور چمکدار ہو جائے گی۔ غسل سے آدھ گھنٹہ قبل گھیکوار کا رس بالوں میں لگائیں تو اس سے خشکی اور سر کی جلد پر ہو جانے والے دانے ختم ہو جاتے ہیں۔ اور اس کے علاوہ بال مضبوط اور چمکدار ہو جاتے ہیں۔ اگر کوئی زہریلا کیڑا کاٹ لے تو گھیکوار کے پتے کو کاٹ کر گودے والی جگہ سے متاثرہ حصے پر باندھ لیا جائے تو زہر کا اثر ختم ہو جاتا ہے اور جلد سوزش سے محفوظ رہتی ہے اور زخم بھی نہیں ہوتا۔ ہاتھوں کے کھر دورے پن اور خستگی کو دور کرنے کے لیے اور ملائم و خوبصورت کرنے کے لیے یہ طریقہ آزمائیں۔ آدھا کپ گندم کا چوکر لیں اور اس میں ایک کھانے کا چمچ گھیکوار کا عرق شامل کر کے پلینڈر میں ڈال کر پلینڈر کر لیں اور اس آمیزے کو تین منٹ تک ہاتھوں پر مساج کریں اور پھر ہاتھوں کو نیم گرم پانی سے دھو لیں یہ عمل رات کو سوتے وقت کریں تو بہتر رہے گا کیونکہ اس کے بعد آپ پانی میں ہاتھ نہ ڈالیں اگر آپ بھی بدروح ہاتھوں کی وجہ سے پریشان ہیں تو یہ نسخہ استعمال کریں چند روز میں ہاتھ ملائم اور خوبصورت ہو جائیں گے۔

ایک ذاتی تجربہ:- گھیکوار نظر کو طاقت ور بنانے میں بے انتہا مفید ہے۔ ہواؤں کہ جب میں آٹھویں میں زیر تعلیم تھی مجھے منتھی 2 نظر کا چشمہ لگ گیا۔ یونیورسٹی پہنچنے تک نمبر منفی 3.75 تک جا پہنچا۔ اسی دوران ایک رشتہ دار خاتون ہمارے گھر آئیں تو انہوں نے گھیکوار کا گودا کھانے کا مشورہ دیا۔ طریقہ استعمال:- ایک انگلی کے برابر لبا اور تھوڑا سا چوڑا گھیکوار کا ٹکڑا کاٹ کر اسے چمیل لیں۔ چمکاتا کر گودا نکال لیں۔ اور اسے نگل لیں۔ چہا تا نہیں کیونکہ یہ بہت کڑوا ہوتا ہے

روزانہ صبح و شام تو اسے دو مہینے کھانا ہے صبح ناشتے سے پہلے اور شام کو چھ سات بجے جب پیٹ خالی ہو تو استعمال کریں۔

افضل صدقہ

(انتخاب محمد عرفان ملی جزدلی)

حضرت ابو ہریرہؓ سے روایت ہے کہ ایک صاحب نے رسول اللہ ﷺ سے دریافت کیا کہ کونسا صدقہ سب سے زیادہ اجر و ثواب رکھتا ہے تو اس پر رسول اللہ ﷺ نے فرمایا کہ اے وقت اللہ کی راہ میں خرچ کرنا۔ (بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)

طبی تجربات و مشاہدات

تجربات: غور کریں کھائے ہوئے لوگوں کے لئے خوشخبری۔

مشاہدات: سینہ بے سینہ چلے لے جات ہاؤں مریضوں کے لئے پیام راحت۔ قارئین کرام کتاب ”طبی تجربات و مشاہدات“ آپ کے ہاتھوں میں ہے۔ یہ بندہ کے ان طبی تحقیقی مضامین کا مجموعہ ہے جو عرصہ دراز سے اندرون و بیرون ممالک مختلف انٹرنیشنل اخبارات و رسائل میں شائع ہوتے رہے اور انھوں نے قارئین کے اس سے استفادہ کیا۔ بندہ نے اس بات کی کوشش کی ہے کہ محترم قارئین تک ایسی معلومات یا نسخہ جات پہنچائے جائیں جو کہ کسلسل تجربات و مشاہدات کی کسوٹی پر آزمائے گئے ہوں۔ ”اس کتاب میں کیا ہے چند جملگان ملاحظہ فرمائیں“ زہری یونیورسٹی کے پروفیسر نے دعا جو نہایت مختصر پریمی اور خواہ براے تادان سے بچ گیا بلکہ ڈاکٹر آف کرگے کہ ہم اندھے ہو جاتے تھے دعا دعا کیا ہے اس کتاب میں دعا اور تمام فعلی و لفظی ہاتھوں کے ہاتھوں کے گردوں کے ڈائلاگس تھری اور پیشاب کی بیماریوں کا خاتمہ ہند سفید کا درخت ہر گھر میں ہے صرف پتوں سے وہ فائدہ حاصل کریں جو آپ کی سوچ سے بالاتر مثلاً دائمی زہری، زکام، الری، فاسلر اور جلدی امراض چہرے کے روپ اور نکھار کے لیے سفید کے پتے شادہ ہیں اس کتاب میں پڑھیں ہند چند کم قیمت اجزاء پر مشتمل ایک توبہ جو ہر شخص ہند سکے ہر گھر کی ضرورت اور اسکے فائدہ کے کتے ہیں کیونکہ مثل بادشاہوں کے شاہی دستار خزانہ کی زینت تھا پھر بیاد زہریں ہند از آفتاب ہو گیا ہے دعا آسان نسخہ کیا ہے۔ اس کتاب میں پڑھیں خوش ذائقہ بھی صحت مند بھی ہند کا جڑے دل کے مریضوں کا علاج بے خوابی اور نیند کی گولیاں کھانے والوں کے لیے اس کتاب میں ایک آسان نوٹک ہند خیریت چلن پرانا السر پرانی گیس نسل در نسل چلی آ رہی ہے صرف 15 روپے کی طبی اسکا فوری علاج ہے طریقہ اس کتاب میں ضرور پڑھیں ہند چرنے کا پانی ہر پان والے کے پاس سے مفت مل جاتا ہے اگر ہر گھر میں رکھا جائے تو اس کے تمام بچے بیمار نہیں ہو سکتے ہیں اور گھر کے مرد و خواتین کی ایسی انوکھی بیماریاں بالکل ختم ہو سکتی ہیں جو جانے نہیں جاتیں۔ اس کے علاوہ اور اتنا کچھ کہ ہر ورق نیا تجربہ تحقیق اور نیا تجربہ رسد ہے۔

سورة فاتحه سے ناممکن
ممکن کیسے ہوا

یقیناً آپ نے کوئی واقعہ سنا یا دیکھا ہوگا کہ کسی ابھی لکھیں اور سمجھیں

مال سے نہیں اعمال سے دنیا اور آخرت بنتی ہے۔ بندہ کے پاس شب و روز مخلوق خدا مختلف مسائل کا شکار آتی ہے ان کو مسنون شریعی مسائل کی طرف متوجہ کرتا رہتا ہوں۔ قارئین یہ عمل صرف امراض کے لیے ہی نہیں بلکہ کسی بھی قسم کے گھریلو مسائل، ناممکن الجھن کے لیے بندہ نے جسے بھی دیا۔ جس نے بھی سونی صدقہ کی اس کا مسئلہ ہوا ہے۔ وہ گھریلو ناچاقی ہو روزگار کی مشکلات ہوں رشتوں کی بندش ہو۔ کاروباری زوال ہو۔ خفیہ گھر سے باہر اور گھر کے اندر اولاد بیوی میاں بچے ماں باپ بہن بھائی دادا وغیرہ جہاں سے بھی پریشان ہو یہ عمل کریں۔ ہاں یقین شرط ہے۔ بھکاری اور مسائل بن کر کرنے سے مکمل نفع ہوتا ہے۔ بس مستقل مزاجی سے کریں جلدی نہ کریں۔

ڈاکٹر اسرار احمد صاحب مدظلہ سربراہ تنظیم اسلامی پاکستان کے گئے بھانجے جناب عبید اللہ عابد صاحب جو کہ پرننگ کے اچھے تاجر ہیں بندہ کے قریبی دوست اور خلص و محسن ہمدرد ہیں ان کا داماد جو خود ایم بی بی ایس ڈاکٹر ہیں کینسر میں مبتلا ہو گئے عابد صاحب بندہ کے پاس تشریف لائے۔ بہت پریشان اور مضطرب تھے بندہ نے انہیں یہ سورۃ فاتحہ کا فیصلہ کن عمل پڑھنے کو دیا۔ اس کے کیا رزلٹ ملے اب یہ سب کچھ ان کی زبانی سنیں۔ (ازمیری)

میرے داماد کو کورور ہسپتال چلڈرن وارڈ میں میڈیکل آفیسر ہیں انکو کینسر ہو گیا تھا۔ پہلے داکٹر ہاتھ کی انگلی نکالی پھر کینسر بڑھا تو انگلی پھیل گئی تک نکال دی کینسر بڑھا اور کان کے پاس ظاہر ہوا۔ یہ فیصلہ کن عمل میں نے اسکی بیوی کو اور اس کو خود بھی پڑھایا۔ سب سے زیادہ باقاعدگی سے میں نے اپنے داماد کے لیے پڑھا تقریباً سال کے قریب ہو گیا ہے مستقل پڑھ رہے ہیں حیرت انگیز فائدہ ہوا ہے۔ اور مریض حالت صحت میں ہے حالانکہ وہ خود ڈاکٹر ہے۔ بہت اچھے علاج کرائے۔ لیکن اب خود ڈاکٹر صاحب اس وقت مخلوق خدا کی خدمت کر رہے ہیں۔ یہ سب کچھ اس کلام کی برکت سے ہے۔

میرے چھوٹی زاد بھائی جو آئے دنٹ میں نیک ناسل مل میں مینیجر ہے اور اس کا سب سے بڑا بیٹا بخار کے امراض میں مبتلا تھا بخار

102/103 رہتا ہے جب ٹیسٹ کروائے تو جگر بڑھا ہوا تھا حالانکہ ہر طرح کے بخاری دوائیاں کھالیں لیکن بخار اتارنا پھر دوبارہ چڑھ جاتا تھا۔ سورۃ فاتحہ کے عمل کے 3/4 دن میں بخار اتارنا شروع ہوا اور تقریباً 10 دن میں مکمل شفاء ہو گئی۔

پھر میں نے آپ کی اجازت چاہی کہ میں دوسروں کو بھی بتا دوں تو مخلوق خدا کو نفع ہو یوں میں نے دوسرے احباب کو بتانا شروع کیا جس کو بھی بتایا تو الحمد للہ کامل نفع ہوا جس جس نے توجہ دھیان اور مستقل مزاجی سے کیا، لا جواب فائدہ ہوا۔ میرے گئے ماموں کے چھوٹے بھائی کی اہلیہ یعنی میری ممانی کو پرانا بخار اور پیچیدہوں میں پانی بھر گیا علاج بہت زیادہ کرائے ڈاکٹروں نے جواب دیدیا حالانکہ ممانی کے بھائی خود بہت بڑے فزیشن تھے لیکن کسی بھی علاج سے نفع نہ ہوا پھر انہوں نے بہت باقاعدگی سے پڑھا اور خوب پڑھا۔

میرا تجربہ ہے اس کا فائدہ بھی دوائی کی طرح ہوتا ہے جتنا پڑھا اتنی بیماری کم ہوئی جتنا زیادہ خلوص سے پڑھا اور محنت کی اتنا نفع ملا اور آہستہ آہستہ مریض تندرست ہوا یہ نہیں کہ ایک بار پڑھا اور رزلٹ کا انتظار کیا حالانکہ اس کے لیے مسلسل باقاعدگی درکار ہے جنہوں نے بے قاعدگی کی ان کو نفع نہیں ہوا۔

اس طرح میرے بہنوئی چمت سے گرے (صادق آباد میں جاب کرتے ہیں) فالج ہو گیا پورا جسم ختم ہو گیا اتنا شدید ہو گیا کہ جسم حرکت نہیں کر سکتا حتیٰ بیڈ سورٹس یعنی جسم پر زخم بن گئے۔ یہاں لاہور میں شریا عظیم میں تقریباً ڈیڑھ ماہ داخل رہے۔ انہوں نے جواب دے دیا۔

آخر کار میرے والد محترم نے ان کے لیے یہ فیصلہ کن عمل پڑھا کیونکہ مریض خود تو بول بھی نہیں سکتے تھے۔ انہوں نے متواتر مستقل مزاجی سے چند ماہ پڑھا آہستہ آہستہ فالج سے واپسی ہوئی اب الحمد للہ وہ خود کام کاج کر رہے ہیں اور نامل زندگی گزار رہے ہیں یہ اتنا بڑا معجزہ ہے کہ لوگ حیران ہیں کیونکہ اس فالج کا کوئی علاج تھا ہی نہیں۔ واضح رہے کہ تمام بڑے بڑے ٹیسٹ بھی کروائے لیکن کسی کو کوئی سمجھ نہیں آتی تھی ڈاکٹر کہتے تھے کہ پورے جسم پر کوئی زخم نہیں اور جسم مانند مردہ ہے۔ پیشاب، پاخانہ کا علم بھی نہیں ہوتا تھا۔ بس یہ سورۃ فاتحہ کا فیصلہ کن عمل ہی اللہ تعالیٰ کی رحمت کا ذریعہ بنا اور مریض بالکل تندرست اور معمول کی زندگی میں وہی جاب کر رہے ہیں۔

لاہور کے مشہور بڑے چائلڈ سپیشلسٹ کے پاس گیا ان کے بیٹے کو گزشتہ دو ماہ سے بخار تھا اور نوٹے کا نام نہیں لیتا تھا ہر طرح کے ٹیسٹ اور اعلیٰ ادویات کا نام ملکہ ڈاکٹر صاحب کے

یہ الفاظ ہیں کہ میرا خود تو ادویات سے اعتبار اٹھ چکا ہے کہ یہ سب کچھ فضول ہے میں نے یہ فیصلہ کن عمل پڑھنے کا مشورہ دیا کہ اس میں لکھی ترکیب کے مطابق تمام افراد مستقل مزاجی سے پڑھیں۔ سورۃ فاتحہ کا عمل اور نفل کا عمل۔ ڈاکٹر صاحب کی اہلیہ محترمہ نے یہ فیصلہ کن عمل کیا بہت جلد بچہ بھلا چنگا ہو گیا۔ واضح رہے کہ میں تو یہ فیصلہ کن عمل دے کر بھول گیا تھا وہ خود کچھ عرصہ بعد انہوں نے بتایا کہ علاج کے ساتھ ساتھ وہ عاملوں کے پاس بھی گئے کئی قسم کے عمل کرائے کہ بچہ تندرست ہو جاتے لیکن جب یہ فیصلہ کن عمل شروع کیا تو نہایت لا جواب صحت ملی۔

میرے قریبی دوست عمران صاحب جو پرننگ پریس کے مالک ہیں سڑک سے گزرتے ہوئے ایک گھوڑے نے اپنی لات ماری موصوف موٹر سائیکل پر تھے ہاتھ کی کوئی ایسی رگ کٹی کہ خون بہا اور شدید درد اٹا کہ ناقابل برداشت دو بڑے آپریشن صرف درد کی وجہ سے کرائے درد دور کرنے کی قیمتی سے قیمتی گولیاں بھی خوب لیں۔ لیکن افادہ نہ ہوا۔ تقریباً ماہ ڈیڑھ ماہ پریشانی رہی آخر میں نے انہیں فیصلہ کن عمل بتایا اللہ تعالیٰ کا شکر ہے وہ بالکل تندرست ہیں اور مطمئن ہیں۔

سورۃ فاتحہ کا ایک فیصلہ کن عمل

ناقابل بیان اور ناقابل گمان مشکلات کے لئے یعنی جب ہر تدبیر کے دروازے بند ہو جائیں تو اس عمل کا کمال دیکھیں۔ نماز فجر کی سنتوں اور فرضوں کے درمیان سورۃ فاتحہ 41 بار بسم اللہ الرحمن الرحیم کے ساتھ پڑھیں یعنی ہر سورۃ کے ساتھ بسم اللہ الرحمن الرحیم کی م کو الحمد للہ کی ل کے ساتھ ملا کر پڑھیں مل حمد للہ رب العالمین۔۔۔۔۔ بسم اللہ الرحمن الرحیم مل الحمد للہ رب اول آخرد و شریف ابراہیم 7 بار پڑھیں۔

اگر کسی سخت مجبوری کی وجہ سے نماز فجر کی سنتوں اور فرضوں کے درمیان یہ عمل چھوٹ گیا ہے تو پھر نماز فجر کے بعد پورا کر لیں اور جو نماز فجر کے بعد پڑھنا ہے اسے بھی ضرور پڑھیں لیکن یہ مجبوری میں چھوٹے جان بوجھ کر چھوڑنے سے عمل کے فائدے سے محروم رہیں گے۔

نماز فجر کے فوراً بعد سورج نکلنے سے پہلے ستر بار سورۃ فاتحہ سابقہ ترتیب یعنی مل ملا کر ہر دفعہ بسم اللہ الرحمن الرحیم اور اول آخرد و شریف 7 بار پڑھیں۔

اس ترتیب سے ستر بار نماز عشاء کے بعد پڑھیں۔ (یہ تینوں عمل اکٹھے یعنی ایک دن میں کرنے ہیں کوئی ایک نہیں کرنا) (بقیہ صفحہ نمبر 8 پر)

آئیں مل کر دعا کریں

اسم اعظم کے ذکر کی روحانی محفل
اسم اعظم سے روحانی و جسمانی مشکلات کا یقینی علاج

پہلی بیوی سے پانچ لڑکے ہیں

☆ ۱۔

سلام مسنون! میرے گھر اولاد کیوں نہیں ہے۔ شادی کو عرصہ ہو گیا ہے میرے میاں کے پہلی بیوی سے پانچ لڑکے ہیں ان کی پہلی بیوی وفات پا گئی تھی میں کنواری تھی جب میری ان سے شادی ہوئی۔ میں نے آپ کا وظیفہ سورۃ یٰسین کا ۲۱ دسمبر کا شروع کیا ہے۔ میری بھانجیاں ہیں ان کے رشتہ نہیں آ رہے۔ پڑھی لکھی ہیں خوبصورت ہیں۔ ان کے رشتہ کیلئے بھی دعا کریں۔ مہربانی فرما کر میرے لئے خاص دعا کریں۔

ایسا جادو کیا کہ منگنی ٹوٹ گئی

☆ ۲۔

سلام علیکم حکیم صاحب! میں بہت بڑے گرواب میں پھنس گئی ہوں۔ کسی دشمن نے میرے اوپر اور میرے بیٹے پر کالا علم کر دیا ہے۔ آج سے آٹھ سال پہلے بہت پیاری لڑکی کے ساتھ میں نے ع کی منگنی بڑے دھوم دھام سے کی تھی۔ یہ دونوں ایک دوسرے کو بہت چاہتے تھے۔ اس لڑکی کے باپ ماموں جاپان میں کاروبار کرتے تھے۔ انہوں نے ع کیلئے جاپان جانے کی ساری کاغذی تیاری کی۔ میرے ع کا اپنا کاروبار تھا۔ کسی دشمن سے سکھ نہ دیکھا گیا۔ ایسا جادو کیا کہ منگنی ٹوٹ گئی کاروبار ختم ہو گیا۔ میں بھی بیمار ہو گئی اور میرا بیٹا بھی بیمار ہو گیا۔ چھ سال پہلے خاوند نے دوسری شادی کر لی۔ اپنا نیا گھر بسالیا دوسرا بیٹا جس پہ لگا ہوا ہے۔ تیسرا چھوٹا ہے لیکن یہ غصہ بہت کرتا ہے۔ سکول بھی جانا چھوڑ دیا ہے۔ محترم حکیم صاحب میں بہت روتی ہوں، میرا تو خاوند بھی اپنا نہیں رہا۔ بجلی کٹ جاتی ہے کبھی گیس کاروبار تو تباہ ہو چکا ہے اس طرح گزارہ نہیں ہوتا لیکن محترم جناب حکیم صاحب میں بہت روتی ہوں اور میں نماز بھی پڑھتی ہوں۔ حکیم صاحب میں نے یہ دو انمول خزانے اپنی رشتہ دار عورت سے لیا ہے۔ اس میں بہت فائدہ لکھے ہوئے ہیں۔ اس وقت میں بہت زیادہ پریشانی میں ہوں مجھے اجازت دیجئے پڑھنے کی اور دعا کیجئے میرے حق میں مجھے اور میرے بیٹے کو صحت عطا کرے اللہ پاک میرے بچوں کو نیک روزگار مل جائے۔ مہربانی فرما کر

میرے لئے خصوصی دعا کرنا۔ والسلام

میرے میاں نوکری بھی عبادت سمجھ کر کرتے ہیں

☆ ۳۔

السلام علیکم حکیم صاحب! میں اسلام آباد میاں کی نوکری کی وجہ سے رہائش کرتی ہوں کبھی کبھی مسائل میں گھر جاتی ہوں آپ کے رسالہ میں وظیفہ دو انمول خزانہ کے متعلق پڑھا میری بیٹیوں کے رشتے اپنے بہادر پور دور ہو چکی وجہ سے کسی کو کہہ بھی نہیں سکتی پہلے ہم بوجہ نوکری ملتان میں تھے تو بہادر پور آنا جانا تھا۔ دوسرے اور بھی بہت سے مسائل ہیں۔ ملتان کا فخر بہت ظالم چیز ہے۔ اس کی وجہ سے ہمیں اسلام آباد آنا پڑا۔ وہ نہیں چاہتا کہ ہم دوبارہ آئیں میں خدا کو حاضر ناظر کر کے کہہ رہی ہوں کہ میرا میاں حلال روزی کما تا ہے غلط کام نہیں کرتا نہ کرواتے ہیں صوم صلوٰۃ کے پابند ہیں۔ وہ افسر غلط کاموں کیلئے مجبور کرتا تھا مگر یہ نہیں مانتے تھے جس کی وجہ ناچاقی ہو گئی بہت تنگ کرتا تھا میرے میاں نوکری بھی عبادت سمجھ کر کرتے ہیں۔ مہربانی فرما کر ہمارے لئے دعا فرماتا۔ والسلام

شدید اعصابی کمزوری ہے

☆ محمد یوسف

سلام مسنون! حکیم صاحب عرض ہے کہ مجھے چند مسائل ہیں کمر میں درد ہے۔ اور اٹھنے بیٹھنے میں دشواری ہے۔ بانیں طرف درد شقیقہ ہمیشہ رہتا ہے چونکہ یہ درد شاید معدہ کی وجہ سے ہے اور پھر تمام سر میں درد ہوتا ہے جس کیلئے گولی کھاتا ہوں تو وقتی طور پر آرام آتا ہے۔ میری لمبی ہڈیوں میں یعنی بازوؤں اور پنڈلی کی ہڈیوں میں درد اور سر میں بھی درد ایک ساتھ ہوتا ہے۔ جو کہ شاید شدید اعصابی کمزوری ہے۔ مہربانی کر کے میرے لئے خصوصی دعا فرمائیں۔

موٹاپے کی وجہ سے اکثر شرمندگی ہوتی ہے

☆ ش

السلام علیکم حکیم صاحب!

گزارش ہے کہ میری عمر ۱۶ سال ہے لیکن گتئی نہیں ہوں کیونکہ

جیسا کہ قارئین کو معلوم ہے کہ ہر منگل مغرب سے عشاء تک حکیم صاحب کا درس مسنون ذکر خاص مراقبہ، بیعت اور خصوصی دعا ہوتی ہے جس میں دور دراز سے مرد و خواتین بھی شامل ہوتے ہیں۔ ذکر میں درد و شریف سورۃ فاتحہ سورۃ الفتح سورۃ الاخلاص آیت کریمہ، اسم الحسنى اور پوشیدہ اسم اعظم ہزاروں کی تعداد میں پڑھے جاتے ہیں اختتام پر لوگوں کے مسائل و معاملات انجمنوں اور پریشانیوں سے نجات کے لئے دعا کی جاتی ہے۔ جو خواتین حضرات دعائیں شامل ہونا چاہیں وہ علیحدہ کاغذ پر مختصر اپنی پریشانی اور اپنا نام صاف صاف لکھ کر بھیجیں جسے اس دعا میں شامل کیا جائے گا۔ اس کے علاوہ تمام احباب شریک محفل یا ممبران عبقری سے درخواست ہے کہ وہ اپنی دعاؤں کے ساتھ ان لوگوں کے لئے بھی دعا کریں۔

میرا جسم کافی بھاری ہے موٹاپے کی وجہ سے اکثر شرمندگی ہوتی ہے۔ مہربانی کر کے اس کا کوئی حل بتائیں اور دعاؤں میں یاد رکھنا۔ والسلام

بچپن ہی سے مرگی کا مریض ہے

☆ ح۔ ن

سلام مسنون! ہمارا مسئلہ یہ ہے کہ میرا بھائی ع۔ ص عمر ۳۶ سال ہے بچپن ہی سے مرگی کا مریض ہے۔ کچھ لوگوں نے کہا سایہ ہے دم دارو کروایا۔ ۲۰ ستمبر کو ہم نے اس کی شادی کر دی۔ شادی کے بعد اس کے رویے میں بڑی تبدیلی آ گئی۔ نہ تو اس کا بیوی سے ملاپ ہوا۔ اور نہ اخلاقی طور پر اس نے بیوی سے صحیح رویہ رکھا بلکہ اس کا رویہ ہمارے سے بھی بلکہ خاص کر والدہ سے بھی خراب ہو گیا۔ مہربانی کر کے ہمارے لئے خصوصی دعا فرمائیں۔

اللہ میرے بیٹے کی پردیس میں حفاظت فرمائے

محمد اویس حنیف والدہ قمر سلطانہ

السلام علیکم حکیم صاحب!

اللہ پاک میرے بیٹے کو پردیس میں اپنی حفظ و امان میں رکھے اور وہاں کے معاشرے کی ہر برائی سے بچائے آسانیاں پیدا فرمائے ہدایت اور کامیابی عطا فرمائے والدین کا فرمانبردار بنائے نماز قائم کرنے والا بنائے اور کامیاب و کامران اپنے وطن میں سلامتی سے لوٹائے اللہ پاک اسے دین و دنیا کی کامیابیاں اور خوشیاں عطا فرمائے۔ (آمین) اور روحانی محفل میں خصوصی دعا کے لیے استدعا ہے۔

شرم، پردہ، حیا اور عزت عطا فرما

حزانہ ب والدہ قمر سلطانہ

السلام علیکم حکیم صاحب! میری بیٹی کی اللہ پاک قسمت اور نصیب بہت اچھے کرے اسے دین دنیا کی کامیابیاں اور خوشیاں عطا فرمائے شرم۔ پردہ۔ حیا اور عزت عطا فرمائے والدین کے لیے صدقہ جاریہ بنائے اور فرسٹ ایر کے امتحان میں شاندار نمبروں سے کامیاب عطا فرمائے۔ (آمین) روحانی محفل میں خصوصی دعا کے لیے استدعا ہے۔

کراچی: رہبر نواز بھٹو اخبار مارکیٹ، 0333-2168390

پشاور: طلحہ نواز بھٹو اخبار مارکیٹ، 0300-9595273

راولپنڈی: کہانہ نواز بھٹو اخبار مارکیٹ، 051-5505194

لاہور: شفیق نواز بھٹو اخبار مارکیٹ، 042-7236688

سیالکوٹ: ملک انڈسٹریز پرائیویٹ، 0524-598189

ملتان: اسٹیج نواز بھٹو اخبار مارکیٹ، 0300-7388662

رحیم یار خان: امانت علی انڈسٹریز، 068-5872626

علی پور: ملک نواز بھٹو، 0333-7674484

خانپور: طاہر شیشری مارٹ

ڈیرہ غازی خان: عمران نواز بھٹو، 064-2017622

جھنگ: فقین شاہ صاحب، 0304-3410861

جہلم پور: گلزار احمد صاحب نواز بھٹو، 062-2449565

درگاہ پاکپتن: شیخ عرفین صاحب، 0467-374452

مظفر گڑھ: انور نواز بھٹو، 066-2413121

کلورکوٹ: محمد اقبال صاحب، حذیفہ اسلامی کینٹائن

گجرات: خالد ملک ستر سلسلہ بازار، 0333-8421027

بہاولنگر چشتیاں: حافظ محمد اعظم صاحب، 0632-508841

شوروکوٹ کینٹ: عدنان اکرم صاحب، 0333-7685578

بہاولپور: ذریم نواز بھٹو، 0300-6825135

پوروالہ: کتبہ قادری بک ہاؤس، 0300-7591180

دہراڑی: فاروق نواز بھٹو کتب گھر، 0333-6005921

بھمبرہ شریف: شاہد صاحب نواز بھٹو، 0301-6799177

ٹوبہ ٹیک سنگھ: ملک محمد نوید، 0462-515706

وزیر آباد: شاہد نواز بھٹو، 0345-6892951

ڈسکہ: نایاب نواز بھٹو، 0300-6430315

خیلہ آباد: الحبیب نواز بھٹو اخبار مارکیٹ، 0300-3037026

سکسہ: انور نواز بھٹو میمن مرکز، 071-5613548

کوسٹہ: غلام نواز بھٹو اخبار مارکیٹ، 0333-7812805

ایک: حیدر سندھو صاحب نواز بھٹو، 0301-5514113

میلکی: امتیاز احمد صاحب، الوداع ٹیلی ریسٹورنٹ، 0321-7982550

خان پور: چوہدری فقیر محمد صاحب، انیس بک ڈپو، 068-5572654

واہ کینٹ: حبیب لاہوری اینڈ بک ڈپو ایلیٹ ٹی بک، 0514-543384

فیصل آباد: ملک کاشف صاحب نواز بھٹو اخبار مارکیٹ، 0300-6698022

صادق آباد: عام خیر صاحب، چوہدری نواز بھٹو، 068-5705624

بکھر: ممتاز احمد، نواز بھٹو چشتی بک، 0300-7781693

گوجرانوالہ: محمد اعظمی کتب خانہ نواز بھٹو، 0554-710430

گوجرانوالہ: رتن نواز بھٹو، 0300-6422516

جہانیاں: حافظہ محمد، جہانیاں کالج ہاؤس، 0306-7604603

کوٹ ادو: عبداللہ صاحب، اسلامی نواز بھٹو، 0333-6008515

منڈی بہاؤ الدین: آصف بیگم اینڈ فریم سنٹر، 0456-504847

احمد پور شرقیہ: عطاری نواز بھٹو، 0302-8674075

کتے پر ترس کھانے کی نقد جزاء

(مرسلہ عزیز الرحمن)

کتے کی اور میری آنکھیں چار ہوئیں

میں جو ہڈی یعنی بکرے کے پائے کی نوکدار لمبی ہڈی جو پھنسی ہوئی تھی، میں پھانس ڈال کر ایک جھٹکے سے نکال باہر کی جائے۔ اس سے پہلے میں نے دو حضرات کو اس کتے کی اگلی اور پچھلی ٹانگیں بھی مضبوطی سے پکڑنے کا کہا اور تیسری رسی (سوتلی) کی پھانس بنا کر اس لمبی ہڈی جو کہ مسوڑے میں پھنسی ہوئی تھی۔ اور کتا تکلیف کی وجہ سے منہ بھی نہیں بند کر سکتا تھا اور کھلا ہونے کی وجہ سے سوتلی کی پھانس بڑی آسانی سے کتے کی ہڈی میں پھنس گئی اور ایک جھٹکے سے ہڈی مسوڑے سے باہر آگئی۔ کتا اتنا طاقتور تھا کہ جن حضرات نے کتے کی ٹانگیں پکڑی تھیں ایک طرف گر گئے۔ اور کتا بری طرح تڑپتا رہا اور پھر ساکت ہو گیا۔ تمام لوگ اداس ہو گئے اور افسوس کا اظہار کرنے لگے۔ ہم سب نے یہی سمجھا کہ کتا مر گیا۔ مگر ہمیں حیرت اس وقت ہوئی جب اس کے مردہ جسم میں حرکت ہوئی اور اس نے آنکھیں پہلے کھولیں اور پھر اس نے سر اٹھایا اور جیسا کہ کتا بیٹھتا ہے بیٹھ گیا اور پھر کھڑا ہو گیا اور آہستہ آہستہ چاروں طرف گھومتا گیا۔ دراصل وہ مجھے لوگوں میں سے ڈھونڈ رہا تھا۔ اور جب اس کی اور میری آنکھیں چار ہوئیں اور جب ہم نے ایک دوسرے کو دیکھا تو اس کی آنکھوں سے ایک عجیب قسم کی کوئی بے نام سی چیز اس کی آنکھوں سے اور میری آنکھوں سے ہوتے ہوئے میرے دل میں اتر رہی تھی۔ اور میں اس کو عجیب و غریب طرح سے محسوس کر رہا تھا۔ میں اس کو بیان نہیں کر سکتا۔ مگر یقیناً جائیں اتنا لطیف اتنا مزاحمتا سرور مجھے حاصل ہوا کہ بیان کرنے سے میں قاصر ہوں اللہ جانے وہ کتا شاید میرا شکر یہ ادا کر رہا تھا کہ میں نے اللہ کی عنایت اور توفیق سے اس کو اس تکلیف سے نجات دلائی اور آخر میں اس نے میرے قدموں پر اپنا سر رکھا اور اس بجوم سے نکل کر ایک طرف چلا گیا۔ یہ واقعہ جب بھی میں کسی بھی شخص کو بیان کرتا ہوں تو جب اس کتے کی آنکھوں میں اس چیز جس کا نام معلوم نہیں تو میری آنکھوں سے آنسو جاری ہو جاتے ہیں اور آواز بھی بھاری ہو جاتی ہے۔

میں جو واقعہ بیان کرنے چلا ہوں یہ ایک واقعی ناقابل فراموش واقعہ ہے یہ تقریباً 20-15 سال پرانا واقعہ ہے جس کا میں چشم دید یعنی خود موجود اور بذات خود ملوث رہا ہوں۔ آپ بھی پڑھنے اور سبق لیجئے ہوا یوں کہ میں اپنی دکان جو کہ شیشتری کا کاروبار تھا بند کر کے گھر کے لیے روانہ ہوا۔ غالباً 8/9 بجے عشاء کا نام تھا۔ جب میں اپنی گلی کی طرف مڑنے والا تھا۔ کہ کچھ فاصلے پر ایک اچھا خاصا بجوم تھا۔ حالانکہ میری ہمیشہ سے یہ عادت رہی ہے کہ میں کبھی بھی اس قسم کے بجوم یا اثر دھام میں کبھی بھی نہیں گھسا۔ مگر اپنی عادت کے برخلاف میں نہ چاہتے ہوئے بھی اسی طرف چلا گیا۔ جب میں اس مجمع کے نزدیک پہنچا تو لوگ آپس میں کھسک پھسک رہے تھے کسی کی آواز سنائی دی کہ بچارہ جوان اور صحت مند ہے اور کوئی کہہ رہا تھا کہ کتا قندار ہے۔ میں نے بڑی مشکل سے ان لوگوں کے نیچوں بچ اپنے لئے راستہ بنایا اور اندر تک پہنچ گیا۔ ارے یہ تو کتا مرا پڑا ہے۔ یہ میرا پہلا تاثر تھا مگر فوراً مجھے احساس ہوا کہ یہ تو زندہ ہے اور اس کے منہ سے خون بھی بہہ رہا ہے اور اس کا منہ بھی کھلا ہوا ہے۔ پتہ کرنے پر مجھے معلوم ہوا ہے کہ یہ کتا گلی میں ہڈیاں چبا رہا تھا کہ ایک بکرے کے پائے کی نوکدار ہڈی اس کے مسوڑے میں پھنس گئی ہے اور انگٹنا محال ہو گیا ہے۔ یہ اگر اسی طرح رہا تو خون بہہ جانے سے اس کی موت بھی واقع ہو سکتی ہے۔ اور کچھ نہ کھانے سے بھی یعنی بھوک سے بھی میں اب گہری سوچ میں پڑ گیا بلکہ ہر کوئی پریشان ہو رہا تھا۔ میں نے اللہ مہربان سے دعا کی کہ ارے اللہ تو مہربانی فرما اور مجھے کوئی علاج بتا دے تاکہ یہ کتا ٹھیک ہو جائے اور اپنا راستہ لے یکدم ایک اچھوتا خیال ذہن میں کوئلا اور مجھے تسلی ہوئی کہ اب یہ اللہ مہربان کی مہربانی سے بچ جائیگا۔

جو بات میرے ذہن میں آئی وہ یہ تھی کہ (پٹ سن) کی سوتلی 3 عدد لیکر (سیبا) ہر ایک کی پھانس بنا کر اسے 2 حضرات کو دیکر کتے کے ٹپلے اور اوپر والے جڑے میں ڈال کر پکڑے رکھیں اور ایک سوتلی کی پھانس بنا کر کتے کے منہ

☆ ہیضہ کیلئے نافع ہے۔ الالچی مکاں اور پودینہ کے پتے ابال کر پلانے سے ہیضہ ختم ہو جاتا ہے۔ ☆ درازنوں کے درد میں پودینہ کے پتوں کو چبانا مفید ہوتا ہے اور اگر زبان پر خشونت آجائے تو اس کے پتوں کو زبان پر لٹنے سے آرام ہوتا ہے۔ ☆ پودینہ کو انجیر کے ہمراہ جو شاندہ کی صورت میں استعمال کرنے سے سینہ اور کھجوروں سے غلیظ مواد آسانی سے خارج ہو جاتا ہے۔ کھنسی، ورمہ، درد سینہ، اور درد پھلو کو فائدہ ہوتا ہے ☆ بھوک لگاتا ہے اور کھانے کو ہضم کرتا ہے ☆ پودینہ کو خشک کر کے جھانے اور اس کی راکھ میں نمک ملا کر مسوڑھوں پر لٹنے سے مسوڑھے مطلوبہ ہوتے ہیں ☆ اسہال میں بھی پودینے کا استعمال مفید ہے ☆ پودینہ چشما آب آور ہے اور بغلغ کو چھانٹتا ہے ☆ پیٹ کے درد دہنگی اور اپھارہ کیلئے مفید ہے۔ اس کے لیے ہنز پودینہ دو تولے، انار دانہ چھ ماشے، میازنیک تولہ، تمام اشیاہ کو رگڑ کر ایک کپ پانی تیار کر لیں۔ اس میں حسب ذائقہ نمک ملا کر پلانا ہے عدم مفید رہتا ہے ☆ جہاں پر تازہ پودینہ رکھا ہوتا ہے وہاں پر بھکیاں نہیں آتیں۔ لہذا پودینہ کو بچکن میں اس کی جڑوں میں پانی ڈال کر کھلا رکھنا چاہیے۔ اس طرح سے کئی روز تک یہ تازہ رہتا ہے ☆ انار دانے کے ساتھ پودینہ کی چٹنی بڑی مزے کی بنتی ہے۔ اسی طرح پودینے کا راستہ بھی باضم اور طاقت بخش ہوتا ہے۔ یرقان میں پودینہ رگڑ کر دن میں دو دفعہ پلانا مفید ہوتا ہے۔ ☆ پودینے کے پتوں کو جوش دے کر پانی چھان کر اگر محفوظ کر لیا جائے اور دو ہفتہ تک روزانہ صبح نہار منہ ایک کپ پیا جائے تو رنگ صاف ہو جاتا ہے۔ ☆ پودینہ کھانے کو خوشبودار اور مزے دار بنانے کے کام آتا ہے ☆ خشک بواسر میں بھی پودینہ کا استعمال فائدہ مند ہوتا ہے۔ ☆ پتی کی مرض میں ہنز پودینہ ایک تولہ، خشک ہونے کی صورت میں چھ ماشے، گرد تولے، پانی میں جوش دے کر پلانے سے فائدہ ہوتا ہے۔ ☆ بد ہضمی کی وجہ سے پیٹ میں درد یا بچسٹ لگنے کی صورت میں پودینہ تازہ ایک تولہ اور دانہ الالچی بڑی پانچ عدد کو پانی میں جوش دے کر بطور چائے کے پلانے سے مرض دور ہو جاتی ہے۔ ☆ ہرے پودینے کا پانی نکال کر حسب ضرورت، ناک کان اور دوسرے اعضاء کے زخموں پر پکانے سے کبڑے اور جراثیم مر جاتے ہیں۔

احتیاط:- پودہ کا زیادہ استعمال آنٹوں کیلئے مضر ہے۔ جن اصحاب کو آنٹوں کی کوئی بیماری ہو وہ پودہ نہ کھڑکریں۔ لیکن تندرست حضرات مناسب مقدار میں روزانہ استعمال کر سکتے ہیں۔ اگر سست پودہ استعمال کیا جائے تو اسے دو چاول کی مقدار میں پانی یا پھر کسی عرق میں ملا کر لیا جائے۔ سست پودہ بھی دافع تعفن محرک اور کاسم ریاح کے خواص کی بنا پر استعمال کیا جاتا ہے۔ جوارش پودہ نہ مہشور مرکب ہے۔

”جو شخص دنیا میں جتنی بھی زیادہ شکم پروری کرے گا قیامت کے روز اسے اتنا ہی لمبا عرصہ بھوکا رہنا پڑے گا۔“ (سن ابن ماجہ ۴۲۸)

حضرت عائشہ صدیقہ رضی اللہ تعالیٰ عنہا فرماتی ہیں کہ آقائے نامدار صلی اللہ علیہ وسلم نے ایک مرتبہ غلام خریدنے کا ارادہ فرمایا۔ آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے کھانے کے لیے کھجوریں اس کے سامنے رکھیں۔ غلام بہت سی کھجوریں کھا گیا۔ آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے یہ حال دیکھ کر فرمایا کہ زیادہ کھانا بے برکتی ہے اور باقی کھجوریں اس کو لوٹا دینے کے لیے کہا۔ (بیہقی)

کتاب میں کیا ہے؟ مشورہ ہے وقت قلی سے نکال کر پڑھیں کیونکہ آپ سے یہ توقع ہے کہ اس کو پسند کرینگے اور دوسروں تک پھیلا نہیں گئے۔ انسان نسیان سے خالی نہیں اور نسیان کے معنی ہیں بھول جانا ☆ یہ دراصل دنیا کی لذتوں اور عیش و عشرت میں اللہ تعالیٰ کو اور اللہ تعالیٰ کے احکامات کو بھول کر ایک ایسی زندگی گزارتا ہے جس زندگی میں ایمان ☆ تقویٰ ☆ طہارت اور اللہ تعالیٰ کا تعلق بالکل ختم ہو جاتا ہے اور پھر ایسا شخص نفس کی پیروی کی طرف مائل ہو کر زندگی کو ایک ایسے راستے کی طرف گامزن کرتا ہے ☆ جو بظاہر روشن ☆ چمکدار اور پرکشش ہوتا ہے لیکن انجام کے اعتبار سے نہایت بدترین اور خوفناک ہوتا ہے۔ آخر تک؟ یا تو اس دنیا سے دل بھر جاتا ہے یا پھر ایسا وقت آتا ہے کہ جس میں انسان اللہ تعالیٰ کی طرف لوٹ آتا ہے۔ اس کتاب کی پیش کش کا بس مقصود یہی ہے کہ بندہ اللہ تعالیٰ کی طرف لوٹ آئے اور رب کو اپنا حقیقی مالک مان لے اور سابقہ زندگی سے تائب ہو کر نئے زندگی گزارنے لگ جائے۔ ”توبہ کے کمالات“ دراصل لوٹ کر آنے والوں کیلئے نشان منزل کا درس اور ایک سبق ہے۔ آئیے اہم اس زندگی کی طرف پلٹ آئیں جس زندگی سے ہمیں ایمان اور ایمان سے ہمیں وسوسوں اور راحت نصیب ہو۔ یہ راحت صرف اور صرف توبہ میں ہے اور توبہ کا کمال ہی راحت اور سکون ہے۔ توبہ کیا ہے؟ ایک بار توبہ کیلئے۔۔۔ جہالت زدہ زندگی سے منہ موڑ کر ہدایت یافتہ زندگی سے واپسی اور عدل و انصاف ☆ تقویٰ اور نیکی کی شاہراہ پر چلنے کا فیصلہ۔ تاریخ کے سینے میں ایسے لاکھوں واقعات محفوظ ہیں جن میں افراد کی زندگیوں میں انقلاب آئے ☆ ان کیلئے گمراہی کے راستے بند ہوئے اور شدہ ہدایت کے چراغوں کے روشن ہونے کی تفصیلات موجود ہیں۔ توبہ کے یہ واقعات بجائے خود ہدایت کی روشنی کا علم رہے ہیں۔ اور بہت کچھ جو آپ جانتا، پڑھنا اور دیکھنا چاہتے ہیں۔

قارئین کے مسلسل اصرار کے بعد الحمد للہ ہر مشکل حکیم صاحب کے درس کی سی ڈی ز اور کیسٹ دستیاب ہیں۔

قیمت سی ڈی 40 روپے کیسٹ 35 روپے

ڈیمانڈ کے مطابق V.P کی سہولت بھی موجود ہے۔

(بقیہ: خاتون پوجتھی ہیں)

بلکہ اصلاح ہوگی۔ چہرے کے کھل مہاسے بھی ختم ہو جائیں گے۔ تازہ پانی خوب پیجیے۔ بارہ تیرہ گلاس پانی آپ کیلئے ضروری ہے۔ آٹا کھائیے۔ بغیر جھانے استعمال کیجیے۔ تھوڑے والے امرود کیوں ڈال کر چاٹ بنا کر کھائیے۔ بغیر کسی دوا کے آپ کی قبض قدرتی طور پر ٹھیک ہو جائے گی۔

جادو کا توڑ:- بہت سے حضرات دُعا نہیں ایسے ہیں کہ جن تو وہ انھیں اٹھا کر یا تو باہر پھینک دیتے ہیں یا ٹھنڈا کر دیتے ہیں۔ اس سے نتیجہ کے لوگوں کو مسترا کرنا ہے۔ اس کا بے اثر کرنے کا طریقہ یہ ہے کہ گرجا کے گوشے سے پکڑ کر اٹھائیں ایک جگہ جمع کریں مٹی کا تھیل چھڑک کر آگ لگا دیں جب تک تمام ناپاک اثرات کا خاتمہ ہو جائے گا گھر والے بھی نفس اللہ تعالیٰ محفوظ رہیں۔ دوسری بات تعویذ کا یہ نہیں ہوتا کہاں ہے کہاں دیا جائے۔ تو قرآن ہی سورت اوروں کر سخی کا دیا ہو تعویذ ہے اثر ہو جائیگا۔ اگر لوگوں کے دے نظر آسے سیرس و

اور انہیں بخوبی یہ احساس تھا کہ سراسر رکنے کے باعث محمد ﷺ اٹھنا ہی اپنا جان سے ہاتھ دھو بیٹھیں گے۔ حضرت عمر رضی اللہ عنہ کی قہر ماری اور بے تاب کی دیکھتے ہوئے انہوں نے یہ سوچا کہ وہ حضرت محمد ﷺ کے چہرے اور سر سے اوجڑی کا غلاف اتار دیں لیکن انہیں ابو جہل کا خوف تھا اور وہ جانتے تھے کہ اگر وہ محمد ﷺ کی مدد کریں گے تو ابو جہل جیسے خونخوار شخص کی دشمنی سہلے بیٹھیں گے۔ لہذا انہوں نے حضرت محمد ﷺ کی رہائی کے لئے کوئی قدم نہیں اٹھایا۔ تاہم قریش کی ایک عورت جو ابوسمو جوسیٰ وہ اس کرناک مشرک کی تاب نہ لا سکی اور دوڑی ہوئی حضرت محمد ﷺ کے گھر پہنچی اور ان کی صاحبزادی حضرت رقیہؓ سے کہا کہ جتنی جلدی ہو سکے دو اپنے والد کی مدد کے لیے خانہ کعبہ پہنچیں اور اگر دربر ہو گئی تو وہ انہیں زندہ نہ پاسکیں گی۔ حضرت رقیہؓ سراسیمہ حالت میں دوڑتے ہوئے خانہ کعبہ تک پہنچیں۔ ابو جہل اور دوسرے لوگوں نے جب حضرت رقیہؓ کو آتے ہوئے دیکھا تو بھیجے ہٹ گئے اور

حضرت رقیہؓ نے بلا تاخیر حضرت محمد ﷺ کے چہرے مبارک اور سر مبارک کو اوڑھ لی کی گرفت سے آزاد کیا اور اپنے دامن سے ان کے چہرے مبارک کو صاف کیا تا کہ وہ آسانی سے سانس لے سکیں۔ لیکن حضرت محمد ﷺ دم گھٹنے کے باعث ایک گھنٹے تک حرکت کرنے کے قابل نہ ہو سکے اور اس کے بعد اپنی بیٹی کے سہارے کھڑے ہوئے اور آہستہ آہستہ قدم اٹھاتے ہوئے اپنے گھر کی طرف روانہ ہو گئے۔ مگر پہنچ کر حضرت محمد ﷺ نے حضرت رقیہؓ کی خدمت سے اپنے چہرے اور سر سے خون اور دیگر نیکافات کو صاف کیا کپڑے تبدیل کئے اور حضرت رقیہؓ نے اپنے والد کے کپڑے دھو کر سکھانے کے لیے چوہپ میں ڈال دیے۔ اگلے روز حضرت محمد ﷺ کو شہرہ روز کے واقعہ سے غورزدہ ہوئے بغیر جیسے کسی خاص بات پیش نہ آئی ہو۔ دوبارہ خانہ کعبہ کی طرف روانہ ہوئے اور وہاں پہنچ کر عبادت میں مشغول ہو گئے۔ حضرت محمد ﷺ ایک باستقامت اور قوی ارادہ انسان تھے اور جب انہیں یہ یقین حاصل ہو گیا کہ انہوں نے حقیقت کو پایا ہے تو پھر کوئی دوسرا انہیں ڈرانے، دھمکانے حتیٰ کہ قتل کرنے سے ان کی ایمان کو ستر ل نہیں کر سکتا تھا۔

جبکہ انسان تندرست ہو اور اپنی آئندہ ضروریات کے پیش نظر یہ خوف بھی ہو کہ مال خرچ کر ڈالو تو کہیں بعد میں خوشنیاخ نہ ہو جاؤں اور فرمایا کہ اللہ تعالیٰ کی راہ میں خرچ کرنے کو اس وقت تک نہ روکو جب تک کہ روح تمہارے علق میں آجائے مرنے لگو تو اس وقت بھی کہو کہ اتنا مال ظلاں کو دیدادتا ظلاں کا کام میں خرچ کر و علقین انفاق فی سبیل اللہ دنیا کی زندگی میں آخری وقت تک جاری رکھو۔ پھر پچھتائے اور یہ آرزو سنار کرنے کی فوجت نہ آئے گی کہ موت میں کچھ تاخیر ہو جائے اور مہلت مل جائے تو اعمال صالحہ کرو اور صالحین میں داخل ہو جاؤ۔ اللہ تعالیٰ ہماری غفلت کو دور فرمائیں اور ہمیں زندگی صحت اور قوت میں اعمال صالحہ اور اپنے ذکر فکر کی توفیق نصیب فرمائیں۔ (مسلم)

تو وہ انہیں اٹھائے گا یا تو باہر پھینک دیتے ہیں یا پھنسا کر دیتے ہیں۔ اس سے نتیجہ یہ نکلتا ہے کہ پھر تعویذ کا جادوئی اثرات بہت جلد ظاہر ہوتا ہے۔ اور پورے گھر کے لوگوں کو مستحضر کرتا ہے۔ اسکا بے اثر کرنے کا طریقہ یہ ہے کہ چاہے گوشت کا ٹکڑا ہو یا تعویذ ہو یا کوئی ایسی نئی چیز ہو جو اس گھر میں پہلے نہیں تھی اسکو ہاتھ سے پکڑ کر اٹھائیں ایک جگہ جمع کریں مٹی کا تیل چھڑک کر آگ لگا دیں جب تک راکھ نہ ہو جائے عطا رہیں اور پھر اس راکھ کو گھر کے باہر ہوا میں اڑا دیں تمام ناپاک اثرات کا خاتمہ ہو جائے گا گھروالے بعض فضیلتی اللہ تعالیٰ کی مخلوق رہیں گے اور جس خبیثیت نے تعویذ ڈالے ہیں یا دبا دیے ہیں اس پر الٹ جائے گا دوسری بات تعویذ کا یہ نہیں ہوتا کہاں ہے کہاں دیا ہے۔ تو قرآن میں سورۃ **الزُّلْفٰی** اور **سورۃ یٰس** کی تلاوت کر کے چاروں طرف پھونک دیا کر سٹغلی کا دیا ہو تعویذ ہے اثر ہو جائیگا۔ اگر خون کے دے نظر آئیں سورۃ **ذٰر** اور **بات یٰس** میں مرتبہ بڑھ لیں۔ (مرسلہ گنام)

کالی دنیا اور کالا جادو وظائف اولیاء اور سائنسی تحقیقات چند جھلکیاں

محبت، دیوانگی کی حد تک پیدا ہو جائے اور کبھی جدائی نہ ہو | نظر بد لگنا اور مسلسل لگنا یقینی علاج اور لا جواب تحائف جو نظر بد کو ہمیشہ کے لیے
میاں بیوی ضرور پڑھیں یا ماں اولاد کے لیے | ختم کر دے۔ رشتوں اور گھر بھر کی بندش اور رکاوٹ کا تلوار سے زیادہ تیز نزل

ایک بزرگ کی سات سو سالہ جن سے سچی ملاقات
اور خاص الخاص نصیحتیں جو زندگی بدل دیں

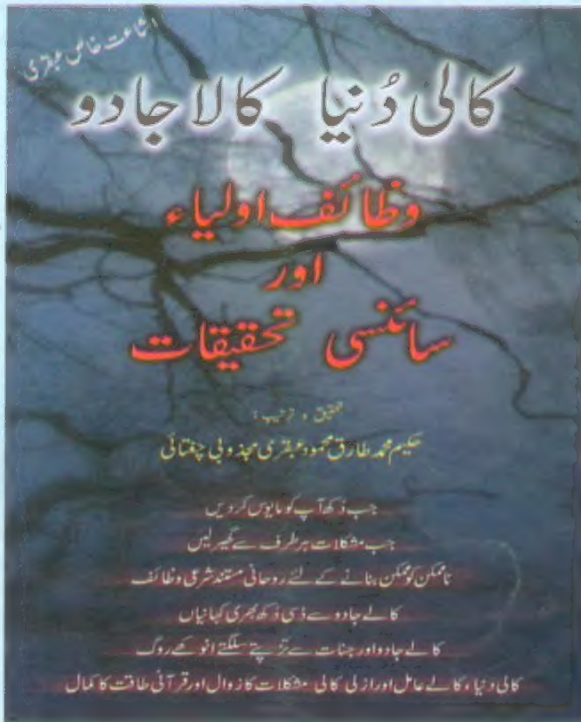
حفاظت واقعی اعمال میں ہے عہدے میں
نہیں۔ ایک سچی دلچسپ عبرت انگیز کہانی

نفسیاتی بیماریوں اور دماغی دباؤ کے لیے روحانی
علاج جو بالکل آسان اور بغیر قیمت کے

☆ 135 لا علاج جسمانی
بیماریوں کا آزمودہ شافی علاج
جو ہر شخص آسانی سے کر سکے

☆ گم شدہ چیز یا چوری شدہ
مال کی وصولی کا حقیقی سچا
عمل جو کبھی خطا نہیں گیا

☆ قرآنی سورتوں کے خواص
فوائد اور عجائبات۔ ☆ اسماء
الحسنی کے معجزاتی کرشمے



☆ میاں بیوی کی ناچاقی کا
فوری اور مستقل روحانی علاج

☆ بے اولادی اور بانجھ پن
کے جادو پر کاری ضرب

☆ روجوں کو حاضر کرنے
والوں کے انوکھے واقعات

☆ جب دشمن عاجز اور
مجبور کر دیں تو پھر خاص نمبر
کے ورق غور سے دیکھیں

☆ جب دکھ آپ کو مایوس کر دیں۔ ☆ جب مشکلات ہر طرف سے گھیر لیں۔ ☆ ناممکن کو ممکن بنانے کے لئے روحانی مستند
شرعی وظائف۔ ☆ کالے جادو سے ڈسی دکھ بھری کہانیاں۔ ☆ کالے جادو اور جنات سے تڑپتے سلگتے انوکھے روگ۔
☆ کالی دنیا، کالے عامل اور زلی کالی مشکلات کا زوال اور قرآنی طاقت کا کمال۔

اس کے علاوہ خاص نمبر میں اتنا کچھ کہ آپ گمان، خیال اور

قیمت 300 روپے علاوہ ڈاک خرچ

تصور بھی نہیں کر سکتے

عبقری الحمد للہ ہر ماہ ہزاروں کی تعداد میں ملک کے کونے کونے میں قارئین متعارف کراتے ہیں، ممکن ہے اسکی کوئی بات آپ کے کام
آجائے یا کسی کے روحانی یا جسمانی دکھ درد میں معاون ہو۔ اس لئے براہ کرم مطالعہ کے بعد اپنے کسی دوسرے بھائی کو دے دیجیے۔